

Technická univerzita v Liberci
FAKULTA PEDAGOGICKÁ

Katedra: primárního vzdělávání
Studijní program: Učitelství pro ZŠ
Studijní obor: Učitelství pro 1. stupeň ZŠ

**OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ ROZVOJ ŽÁKŮ
NA 1. STUPNI ZÁKLADNÍ ŠKOLY**

**PERSONAL AND SOCIAL DEVELOPMENT OF PUPILS
AT THE FIRST GRADE OF THE PRIMARY SCHOOL**

Autor:
Tereza MAKUŠEVOVÁ

Podpis:

Adresa:
Balbínova 423
460 01 Liberec 12

Vedoucí práce:
PhDr. Jitka Novotová, Ph.D.

Počet

stran	obrázků	tabulek	grafů	pramenů	příloh
96	13	0	0	21	10

V Liberci 20.4.2007

Prohlášení o původnosti práce:

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci na téma Osobnostní a sociální rozvoj žáků na 1. stupni základní školy vypracovala samostatně a že jsem uvedla veškerou použitou literaturu.

V Liberci dne: 20. 4. 2007

Tereza Makuševová

Poděkování

Děkuji touto cestou především vedoucí diplomové práce PhDr. Jitce Novotové, Ph.D. za pomoc, cenné rady, podněty a celkové skvělé vedení mé práce. Dále bych chtěla poděkovat paní učitelce Mgr. Dagmar Melicharové ze základní školy Ještědská, která mi umožnila provést hry a cvičení v její třídě, a svým přátelům a rodinným příslušníkům za cenné rady.

Prohlášení k využívání výsledků diplomové práce

Byl(a) jsem seznámen(a) s tím, že na mou diplomovou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, zejména § 60 – školní dílo.

Beru na vědomí, že Technická univerzita v Liberci (TUL) nezasahuje do mých autorských práv užitím mé diplomové práce pro vnitřní potřebu TUL.

Užiji-li diplomovou práci nebo poskytnu-li licenci k jejímu využití, jsem si vědom povinnosti informovat o této skutečnosti TUL; v tomto případě má TUL právo ode mne požadovat úhradu nákladů, které vynaložila na vytvoření díla, až do jejich skutečné výše.

Diplomovou práci jsem vypracoval(a) samostatně s použitím uvedené literatury a na základě konzultací s vedoucím diplomové práce a konzultantem.

Autor: Tereza Makuševová

Datum: 20.4.2007

Podpis: _____

Anotace

Osobnostní a sociální rozvoj žáků na 1. stupni základní školy

Diplomová práce je členěna na dvě části, teoretickou a praktickou.

Teoretická část stručně pojednává o osobnostním a sociálním rozvoji dětí z hlediska současných vzdělávacích programů a dále z hlediska reformního rámcového vzdělávacího programu.

Nejdůležitější částí diplomové práce je její praktická část. Cílem bylo vytvořit komplexní projekt aplikace osobnostní a sociální výchovy ve výuce na 1. stupni základní školy. Projekt obsahuje bohatou nabídku her a cvičení. U každé hry a cvičení je uveden edukační cíl, doba trvání aktivity, věková kategorie dětí, popřípadě pomůcky. Kromě popisu samotné aktivity je uvedeno, jak s dětmi provést reflexi dané činnosti. Projekt je doplněn o autorčiny vlastní zkušenosti, které načerpala při realizaci tohoto projektu během zhruba třiceti vyučovacích hodin na liberecké základní škole. V projektu je dále podán návrh, jak lze hry a cvičení pro osobnostně sociální rozvoj uplatnit v různých předmětech na 1. stupni základní školy. Diplomová práce by mohla pomoci učitelům na 1. stupni základní školy při implementaci průřezového tématu Osobnostní a sociální výchova do praxe.

Klíčová slova: osobnostní a sociální rozvoj, vzdělávací programy, rámcový vzdělávací program, průřezové téma Osobnostní a sociální výchova.

Annotation

Personality and social development of pupils at the first grade of the primary school

The diploma thesis is divided into two parts, a theoretical part and a practical part.

The theoretical part briefly deals with the personality and social development of children from the viewpoint of contemporary educational programmes as well as from the viewpoint of the reform general educational programme.

The most important part of this diploma thesis is its practical part. The target was to create a complex project of the application of personality and social upbringing in the tuition at the first grade of the primary school. The project includes a rich choice of games and exercises. For each game or exercise an educational aim is indicated, as well as the time duration of the activity, the age category of children, eventually also other aids. Apart from the sole description it is added how to practice the reflections of the particular activity with pupils. The project is supplemented with the author's own experience, gained when realising this project during approximately thirty lessons at primary school in Liberec. In the project there is also a scheme how to apply games and exercises for personality and social development in different subjects at the first grade of primary school. The diploma thesis could help teachers at the first grade of primary school to implement the cross-section theme of Personal and social upbringing into practise.

Key words: personality and social development, educational programmes, general educational programme, the cross-section theme of the Personality and social development

Annotation

Die persönlichkeits und soziale Entwicklung der Schüler an der ersten Stufe der Grundschule

Die Diplomarbeit ist in zwei Teile gegliedert, dh. Der Theoretische und der Praktische Teil.

Der theoretische Teil befasst sich im kurzen mit der Persönlichkeits und Sozialentwicklung der Kinder vom Gesichtspunkt der gegenwärtigen Bildungsprogramme und ferner vom Standpunkt des Rahmen- und Reformbildungsprogrammes.

Der wichtigste Teil der Diplomarbeit ist der praktische Teil. Das Ziel war, ein komplexes Projekt der Applikation der sozialen und persönlichkeitserziehung im Unterricht an der ersten Stufe der Grundschule zu schaffen.. Das Projekt enthält eine reiche Auswahl von Spielen und Übungen. Bei jedem Spiel oder Übung ist das Erziehungsziel gegeben, die Dauer der Aktivität, die Altersgruppe der Kinder, gegebenenfalls andere Hilfsmittel. Außer der Beschreibung der Aktivität ist es auch angegeben, wie man mit den Kindern die Reflexiv-tätigkeit durchführen soll. Das Projekt ist durch die eigenen Erfahrungen der Autorin ergänzt, welche sie während cca dreißig Stunden der Realisierung dieses Projekts an der Grundschule in Liberec erwarb. Im Projekt ist auch der Entwurf gemacht, wie man die Spiele oder Übungen für den Sozialbereich der Persönlichkeit in verschiedenen Gegenständen der ersten Stufe zur Geltung bringen kann. Die Diplomarbeit dürfte den Lehrern an der ersten Stufe der Grundschule bei der Einführung des Themas der Persönlichkeitserziehung in die Praxis behilflich sein.

Schlüsselwörter: die Persönlichkeitsentwicklung und die soziale Entwicklung, Bildungsprogramme, das Rahmenprogramm der Erziehung, das Durchschnittsthema der Persönlichkeitserziehung und der sozialen Bildung.

Obsah

1. Úvod	12
2. Teoretická část.....	14
2.1. Současné kurikulární dokumenty – Vzdělávací programy ZŠ, OŠ, NŠ.....	14
2.2. Dramatická výchova v rámci vzdělávacího programu Obecná škola.....	16
2.3. Reforma – Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání.....	19
2.3.1. Průřezová témata v Rámcovém vzdělávacím programu pro základní vzdělávání.....	22
2.3.2. Charakteristika průřezového tématu Osobnostní a sociální výchova...	23
2.3.3. Dramatická výchova – doplňující vzdělávací obor v Rámcovém vzdělávacím programu pro základní vzdělávání.....	24
2.3.4. Sociálně psychologický výcvik.....	25
3. Návrh implementace průřezového tématu Osobnostní a sociální výchova do kurikula 1. stupně základní školy.....	28
3.1. Úvod praktické části.....	28
3.2. Praktické dovednosti pro osobnostní rozvoj.....	29
3.2.1. Rozvoj schopnosti poznávání.....	29
3.2.1.1. Cvičení smyslového vnímání.....	29
3.2.2. Sebepoznání a sebepojetí.....	39
3.2.2.1. Já jako zdroj informací o sobě.....	39
3.2.2.2. Druzí jako zdroj informací o mně.....	40
3.2.2.3. Co o sobě vím a co ne.....	41
3.2.2.4. Můj vztah ke mně samé/mu.....	43
3.2.2.5. Zdravé a vyrovnané sebepojetí.....	46
3.2.3. Seberegulace a sebeorganizace.....	48
3.2.3.1. Organizace vlastního času.....	48
3.2.4. Psychohygiena	49
3.2.4.1. Dovednosti zvládání stresových situací.....	49
3.2.5. Kreativita.....	51
3.2.5.1. Pružnost nápadů.....	51
3.3. Praktické dovednosti pro sociální rozvoj.....	53
3.3.1. Poznávání lidí.....	53
3.3.1.1. Vzájemné poznávání se ve skupině.....	53
3.3.1.2. Rozvoj pozornosti vůči odlišnostem.....	56

3.3.2.	Mezilidské vztahy.....	57
3.3.2.1.	Péče o dobré vztahy.....	57
3.3.3.	Komunikace.....	65
3.3.3.1.	Řeč těla.....	65
3.3.3.2.	Dovednosti pro verbální sdělování.....	71
3.3.3.3.	Dovednosti pro neverbální sdělování.....	71
3.3.3.4.	Dovednosti komunikační obrany proti agresi a manipulaci.....	73
3.3.3.5.	Pravda, lež a předstírání v komunikaci.....	75
3.3.4.	Kooperace a kompetice.....	77
3.3.4.1.	Dovednost navazovat na druhé a rozvíjet vlastní linku jejich myšlenky.....	77
3.3.4.2.	Podřízení se.....	79
3.4.	Praktické dovednosti pro morální rozvoj.....	81
3.4.1.	Řešení problémů a rozhodovací dovednosti.....	81
3.4.1.1.	Problémy v seberegulaci.....	81
3.4.2.	Hodnoty, postoje, praktická etika.....	82
3.4.2.1.	Analýzy vlastních i cizích postojů a hodnot a jejich projevů v chování lidí.....	82
3.4.2.2.	Pomáhající a prosociální chování (člověk neočekává protislužbu).....	85
3.5.	Závěr praktické části.....	88
4.	Závěr	90
5.	Použitá literatura.....	92
6.	Seznam příloh.....	96

Motto: „Osobnost je ve výchově nejdůležitějším činitelem, nespasí nás ani nová organizace, třeba je důležitá, ani osnovy, třeba jsou důležité. To všechno jsou jenom prostředky. Je tedy osobnost i hlavním problémem školské reformy. Nepodaří-li se nám reformovat něco v tomto směru, nic jsme nezreformovali. Soustředme proto hlavní pozornost na vytváření učitelských osobností.“

(J. Uher)

1. Úvod

Diplomová práce pojednává o osobnostním a sociálním rozvoji žáků na 1. stupni základní školy. Je členěna na dvě části, teoretickou a praktickou. Stěžejní je část praktická, jejímž cílem bude vytvořit komplexní projekt implementace průřezového tématu Osobnostní a sociální výchova do výuky na 1. stupni základní školy.

Teoretická část je členěna do tří hlavních kapitol. První pojednává o situaci v českém školství před rokem 1989, následuje srovnání tří vzdělávacích programů z hlediska osobnostního a sociálního rozvoje žáků. Druhá kapitola teoretické části vymezuje obsah, cíle, postupy, metody a formy dramatické výchovy v Obecné škole. Kapitola třetí podává stručnou charakteristiku rámcového vzdělávacího programu a s ním souvisejících nově zavedených pojmů, jakými je například pojem klíčové kompetence či pojem průřezová témata.

Od listopadové revoluce prochází celá naše společnost mnohými proměnami. Se vznikem nového pracovního trhu jsou na jedince kladeny odlišné požadavky než tomu bylo v minulosti. V současnosti je důležité, aby byl člověk aktivní, samostatný, dokázal zdravě prosadit svoji myšlenku, názor či postoj a totéž toleroval u jiných. Jedinec by měl dále umět konstruktivně a tvořivě řešit různé problémy a situace, pracovat v týmu, spolupracovat, umět naslouchat sobě i druhým. Tyto schopnosti a dovednosti, důležité nejen pro pracovní, ale i občanský a osobní život, by se měli v lidech rozvíjet již od dětství. Prostředkem pro rozvíjení těchto schopností a dovedností je průřezové téma Rámcového vzdělávacího programu pro základní vzdělávání Osobnostní a sociální výchova a předmět Dramatická výchova jako doplňující vzdělávací obor v rámcovém vzdělávacím programu, o kterých pojednává třetí kapitola teoretické části diplomové práce.

Cílem praktické části je vytvořit projekt aplikace osobnostní a sociální výchovy ve výuce na 1. stupni základní školy. Celý projekt je koncipován systematicky, první část obsahuje hry a cvičení pro osobnostní rozvoj, druhá část hry a cvičení pro sociální rozvoj a část třetí obsahuje hry a cvičení pro rozvoj morální. Součástí projektu je ověření her a cvičení v praxi.

2. Teoretická část

2.1. Současné kurikulární dokumenty – Vzdělávací programy ZŠ, OŠ, NŠ

Pokusme se nyní stručně shrnout nedostatky pedagogiky u nás v druhé polovině 20. století před revolučním rokem 1989.

Podle Valenty [20] se před rokem 1989 se nedoceňoval význam žákova prožívání a vlastních zkušeností, nebyly tolerovány individuální zvláštnosti žáků, dítě bylo poměřováno pouze na základě daných norem. Vnější regulace byla přeceňována na úkor rozvíjení vnitřní autoregulace, dítě bylo pojímáno jako objekt, nikoliv subjekt vzdělávání.

Předměty byly koncipovány jako zmenšeniny vědních oborů, učivo bylo pro žáky nepřiměřeně obsáhlé. Takovýto jev je označován jako encyklopedismus. Nepřiměřenost učiva a z toho plynoucí časová tíseň, to vše vedlo k předávání hotových poznatků – tzv. transmisi a k používání frontálních metod. Docházelo především k jednosměrné interakci učitel – žák. Je tedy zřejmé, že na osobnostní a sociální rozvoj žáků nebyl brán zřetel, důležité bylo jen předat žákům co nejvíce vědomostí.

Po roce 1989 celá naše společnost prochází velkými proměnami ve všech oblastech, školství nevyjímaje.

V 90. letech došlo k vytvoření tří vzdělávacích programů: vzdělávací program Základní škola, vzdělávací program Obecná škola a vzdělávací program Národní škola.

V současnosti je ve většině základních škol vyučováno podle vzdělávacího programu Základní škola [13]. Její osnovy vymezují učivo velice podrobně, z hlediska praxe je pro žáky nepřiměřené. Neklade se zde důraz na osobnostní a sociální rozvoj žáka. Myšlenka rozvoje osobnosti se částečně objevuje jen předmětech Občanská výchova a Rodinná výchova na 2. stupni.

Nejméně je na základních školách zastoupen vzdělávací program Národní škola [12]. Její osnovy vymezují učivo obecně a stručně. Žáci nejsou přetěžováni velkým množstvím znalostí. Učitelům je dána volnost v použití různých forem a metod práce. Namísto izolovaného vyučování jednotlivých předmětů usiluje tento vzdělávací program o integraci učiva, o projektovou výuku. Vzdělávací program Národní škola klade důraz na pozitivní sociální klima školy a rozvíjení sociálních dovedností žáků. Osnovy jsou koncipovány tak, že rozvíjení osobnostních a sociálních dovedností prolíná s předměty Literární výchova, Výtvarná výchova, Občanská výchova a Rodinná výchova. Předměty Komunikace a Dramatická výchova nejsou povinné, tvoří nadstavbovou část učebního plánu.

Na psychický rozvoj dítěte se nejvíce zaměřuje vzdělávací program Obecná škola [10,11]. Respektuje vývojové a věkové zvláštnosti dítěte. Stejně jako vzdělávací program Národní škola neklade přehnané nároky na vědomosti dětí, nepřetěžuje žáky množstvím vědeckých poznatků. Předmět Český jazyk a literatura pojímá žáka jako komunikativní bytost. Částí náplně Komunikační výchovy na 1. i 2. stupni je rozvíjení mluveného projevu a dovedností naslouchání. Témata související s osobnostní a sociální výchovou se objevují i v některých okruzích učiva Prvouky, Přírodovědy, Vlastivědy a Občanské výchovy. Stěžejním nástrojem pro osobnostně sociální rozvoj žáků je předmět Dramatická výchova, o kterém pojednává následující kapitola.

2.2. Dramatická výchova v rámci Vzdělávacího programu Obecná škola

Oproti vzdělávacím programům Základní škola a Národní škola je dramatická výchova v Obecné škole povinným předmětem, a to na 1. stupni. Má dvě etapy, pro 1. až 3. ročník a pro 3. až 5. ročník.

Obsah této kapitoly bude vycházet ze vzdělávacího programu Obecná škola pro 1. – 5. ročník [10].

Obsahem dramatické výchovy jsou hry a cvičení na kontakt a sociální komunikaci, námětové hry a improvizace a dramatické improvizace.

Dramatická výchova má mnoho cílů. Směřuje k vytvoření vnímavé osobnosti, která dokáže chápat a respektovat sebe i druhé, spolupracovat, řešit problémy, samostatně a kriticky myslet, je schopna pozitivního sebepojetí, tvořivosti a obrazotvornosti.

Při výuce dramatické výchovy se využívá celé řady her a cvičení, které jsou ve vzdělávacím programu Obecná škola [10, s. 161] členěny na:

- „hry a cvičení na rozechřátí, soustředění a uvolnění
- hry na rozvoj smyslového vnímání
- pohybové hry a hry s prvky pantomimy
- hry kontaktní
- hry rozvíjející mimojazykovou komunikaci a skupinové cítění
- hry na rozvíjení plynulosti řeči a slovní komunikaci“

Mezi základní metody můžeme zařadit dramatickou hru a improvizaci. Podle stupně osobní účasti žáků na těchto hrách je Pavlovská [15] člení na:

- hry v situaci
- hry v roli
- charakterizace

Hra v situaci

Při hře v situaci žáci jednají sami za sebe v navozené situaci, která často vychází z běžného života. Hry v situaci se dále dělí na hry modelující situaci, v níž se neuskutečňují konfliktní vztahy. Tento typ her se označuje jako improvizace bez dramatického děje. Dále se dělí na hry modelující situaci, v nichž se konfliktní vztahy uskutečňují, hovoříme zde o improvizacích s dramatickým jevem.

Hra v roli

Hra v roli znamená, že žák se snaží dle svých vlastních zkušeností vytvořit nejtypičtější chování dané postavy, přebírá určitou sociální roli. Důležitá je výměna rolí, kdy si žáci vyzkouší roli svého spoluhráče.

Charakterizace

Charakterizace je založena na vcítění se do skutečné osoby s určitými rysy a názory, důležité je i vnitřní porozumění. Protože tato metoda vyžaduje již jistou vyzrálост psychiky, používá se spíše u starších žáků.

Další metodou dramatické výchovy je interpretace. Dochází zde k tvůrčímu zpracování určitého díla. Tato metoda žákům umožňuje, aby pomocí ní do daného díla pronikli a během interpretace ho obohatili o své vlastní prožitky. Bohatost vlastních prožitků a zkušeností z her mají možnost žáci vyjádřit při následném rozhovoru a diskuzi, slovní reflexe zážitků je totiž důležitou součástí dramatické výchovy.

Formy dramatické výchovy vycházejí z knihy *Metody a techniky dramatické výchovy* od Valenty. Podle Valenty [19, s. 192] existují čtyři způsoby organizace osob ve hře a organizační formy z hlediska interakce žáků:

„Způsoby organizace osob ve hře:

A – hra jednotlivce

B – hra párů

C – hra malých skupin

D – hra celé třídy

Organizační formy z hlediska interakce:

I – hra pro sebe

II – hra vůči druhému

III – hra s někým

IV – hra před někým

V – hra pro někoho“

Konkrétní typy organizace prostoru lze podle Valenty [19] rozdělit na:

- kruhové uspořádání
- kruhové či čtvercové uspořádání typu „aréna“ (jeviště je uprostřed)
- úplné obsazení celého prostoru (hráči se mohou volně pohybovat celým prostorem)
- vytváření více specifických prostorů v základním prostoru („hnízda“ nebo „úly“ vhodné pro dvojice či malé skupiny)
- další divadelní organizace prostoru při předvádění
 - „kukátko“ – diváci se usadí po jedné straně místnosti a na druhé straně vzniká pomyslné jeviště
 - „poloaréna“ – hráči jsou obklopeni ze tří stran
 - „koridor“ – chodba – hráči hrají tak, že jsou mezi diváky, kteří je obklopují jen ze dvou protilehlých stran
 - „rozhledna“ – diváci jsou seskupeni v jednom místě, nejlépe ve středu učebny a hráči hrají kolem nich na různých stranách nebo v kruhu
- využití více prostorů

Podle Machkové [8] klasické uspořádání školní třídy pro výuku dramatické výchovy příliš nevyhovuje. Proto je vhodné přisunout nábytek co nejvíce ke stěnám, aby v místnosti vznikl dostatečný prostor pro volný pohyb a rozmístění hráčů. Dále je možné židle uspořádat do kruhu, či po straně, čímž vznikne tzv. poloaréna. Vzhledem k tomu, že při dramatické výchově si žáci někdy potřebují sednout či lehnout na zem a studená, špinavá podlaha není právě vhodné místo, místnost by proto měla být vybavena kobercem. Učebnu lze dále vybavit záclonami. Ideální je, když jsou v místnosti žíněnky a útulné koutky na posezení. Z pomůcek by měl mít učitel připraven především bubínek, některé nástroje z orffovského instrumentáře, klavír, kytaru. Hodí se také magnetofon či CD přehrávač. Jako rekvizity lze využít věci z běžného denního života, z domácnosti, různé kusy oděvu a látek.

2.3. Reforma – Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání

V 90. letech pokus o reformu nevyšel, proto nyní dochází k druhé snaze o reformu. Klíčovým dokumentem je Bílá kniha. V souladu s Národním programem rozvoje vzdělávání v České republice (tzv. Bílou knihou) je uplatňován nový systém kurikulárních dokumentů pro vzdělávání žáků od 3 do 19 let. Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání, který byl dne 23.8.2004 schválen ministryní školství, mládeže a tělovýchovy JUDr. Petrou Buzkovou, je kurikulární dokument na státní úrovni. Dle něj si každá škola připravuje svůj vlastní školní vzdělávací program.

Rámcový vzdělávací program neklade za cíl výuky pouhé předávání co největšího množství vědomostí, ale klade důraz na rozvíjení dovedností,

schopností, postojů a hodnot. Jinými slovy, základní škola má žákům pomoci rozvíjet tzv. klíčové kompetence.

Belz a Siegrist [1] vymezují tři roviny kompetencí. Sociální kompetencí se rozumí schopnost komunikovat a týmově spolupracovat, čelit konfliktním situacím apod. Díky kompetenci ve vztahu k vlastní osobě má být jedinec schopen posuzovat sám sebe a dále se rozvíjet, být svým vlastním manažerem. Jedinec by si měl dále osvojit kompetenci k tomu, aby uměl dávat věci do kontextu, poznávat souvislosti, tvořivě řešit situace. Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání vymezuje šest druhů kompetencí: k učení, k řešení problémů, komunikativní, sociální a personální, občanské a pracovní. Tutéž kompetenci mohou rozvíjet různé výukové předměty. Lze říci, že při Osobnostní a sociální výchově dochází k rozvoji všech šesti druhů kompetencí.

Oproti dřívějšímu pasivnímu pojetí žáka, akcentuje se orientace na aktivitu, samostatnost, zodpovědnost, tvořivost, schopnost řešit problémy, dovednost kriticky myslet. Dále je kladen důraz na propojování vědění s praktickým životem, konstruování učiva na základě dosavadních žákovských zkušeností, respektování individuálních a věkových zvláštností, umožnění integrace dětí se speciálními vzdělávacími potřebami. Pro žáka jako harmonicky rozvinutou osobnost je důležitost intelektu a emocionality na stejné úrovni.

Učivo je v Rámcovém vzdělávacím programu [7] členěno do oblastí Jazyk a jazyková komunikace, Matematika a její aplikace, Informační a komunikační technika, Člověk a jeho svět, Člověk a společnost, Člověk a příroda, Umění a kultura, Člověk a zdraví, Člověk a svět práce. S těmito vzdělávacími oblastmi jsou spojovány i očekávané kompetence žáků, možnost prolínání průřezových témat a mezipředmětových souvislostí. Socializační a osobnostně rozvojovou funkci vzdělávání bude možno rozvíjet dostatečně díky průřezovému tématu Osobnostní a sociální výchova.

Jak jsme již zmínili výše, v dřívější pedagogické praxi prakticky stále docházelo k frontální výuce s použitím metody výkladu, což vedlo žáky

k pasivitě. Obecně však platí, že žák se učí, jen když je aktivní. Soudobé inovační tendence proto kladou důraz na takové aktivizační metody, jakými jsou podle Skalkové [16] například diskuze, metoda objevování a řízeného objevování, metody simulační, situační, inscenační, dramatizace, brainstorming, apod. Hra jako nejpřirozenější didaktická metoda má v moderním vyučování také své místo.

Dnešní reforma usiluje o překonání frontálního vyučování jako jediné a nejčastější formy organizace ve vyučovací hodině. Vyučování v malých skupinách vede ke spolupráci při řešení společného úkolu. Párovou výukou, neboli práci ve dvojicích, lze aplikovat již od 1. ročníku základní školy. Idea společného aktivního řešení určitého problému je základem pro projektové vyučování. Výhodou individualizované výuky je, že respektuje žákovy vlastní možnosti. Individuální vzdělávací plán umožňuje integraci dětí se specifickými vzdělávacími potřebami. Tradiční uspořádání školní třídy kooperaci příliš nepřeje. Důležitou organizační formou výuky je proto komunitní kroužek. Všichni žáci na sebe vidí, všichni jsou v první řadě. Je tak zajištěna kvalitní interakce mezi žáky.

Didaktické prostředky provázející školní vzdělávání se s rozvojem techniky neustále vyvíjejí. Televize, CD přehrávač, DVD přehrávač, počítače, internet - to jsou příklady didaktických prostředků, které by v současnosti měly patřit ke standardnímu vybavení každé základní školy.

I v hodnocení žáků nastávají změny. Chyba již není vnímána jako příčina pro špatnou známku, ale spíše jako výzva. Upouští se od hodnocení pomocí srovnávání žáků mezi sebou. Hodnotí se spíše individuální pokrok každého žáka. Jako jeden z možných způsobů tohoto hodnocení je tzv. portfolio, které shromažďuje výsledky žákovských prací a zachycuje tak jejich pokroky. Tradiční hodnocení pomocí klasifikace je možno nahradit hodnocením slovním. Ideální kompromis kombinace obou způsobů hodnocení je pro 1. stupeň základní školy jistě vhodný.

2.3.1. Průřezová témata v Rámcovém vzdělávacím programu pro základní vzdělávání

Součástí Rámcového vzdělávacího programu [7] jsou tato průřezová témata:

- Osobnostní a sociální výchova
- Výchova demokratického občana
- Výchova k myšlení v evropských a globálních souvislostech
- Multikulturní výchova
- Environmentální výchova
- Mediální výchova

Všechna tato témata jsou ve školním vzdělávání povinné, musí být zařazeny do výuky na 1. i na 2. stupni ZŠ.

Obsahy jednotlivých průřezových témat prolínají do různých vzdělávacích oblastí a jsou součástí vzdělávacích předmětů. Průřezové téma lze vyučovat v podobě samostatného předmětu, kroužku, dále je možné ho jako blok vložit do jiné činnosti. Další realizace průřezového tématu jsou možné formou kurzu, projektu, víkendového soustředění apod.

Mezi průřezovými tématy nejsou ostré hranice, obsahy některých témat mezi sebou vzájemně prolínají. Učíme-li dítě respektovat identitu a rozhodnutí druhých nebo vedeme-li děti k tomu, aby se naučily vnímat vzájemné odlišnosti a přijímat je, naplňujeme tak cíle Multikulturní výchovy, Osobnostní a sociální výchovy i Výchovy demokratického občana zároveň. Dalším příkladem může být vedení dětí k ohleduplnému a zodpovědnému přístupu k životnímu prostředí. Tento problém se svým obsahem týká tématu Výchovy demokratického občana i tématu Environmentální výchova. Moderní demokratický občan by se měl umět orientovat v novodobém světě médií a

Mediální výchova mu k tomu jistě může dopomoci. Moderní demokratický občan by měl být také schopen řešit problémy, komunikovat a spolupracovat s ostatními. Tyto kompetence by měl získat již na základní škole především díky průřezovému tématu Osobnostní a sociální výchova. Správný občan by měl být dále otevřený vůči jiným zemím a národům a ochotný je poznávat. O jejich kultuře a tradicích se může dozvědět v rámci průřezového tématu Výchova k myšlení v evropských a globálních souvislostech, během Multikulturní výchovy a také při Mediální výchově, kdy používá ke zjišťování informací internet. Souhrnně se dá říci, že osobnostně sociální dovednosti žáků souvisí nejen s průřezovým tématem Osobnostní a sociální výchova, ale k jejich rozvíjení může docházet i v rámci zbývajících pěti průřezových témat.

2.3.2. Charakteristika průřezového tématu Osobnostní a sociální výchova

V Rámcovém vzdělávacím programu pro základní vzdělávání je zakotveno průřezové téma Osobnostní a sociální výchova [7].

Toto průřezové téma se zabývá osobnostním a sociálním rozvojem žáků. Souvisí se vzdělávacími oblastmi Jazyk a jazyková komunikace, Člověk a jeho svět, Člověk a společnost, Člověk a příroda, Umění a kultura, Člověk a zdraví, Člověk a svět práce.

Osobnostní a sociální výchova má blízký vztah ke klíčovým kompetencím. Lze to usoudit již ze samotného názvu kompetence sociální, personální, komunikativní, k řešení problémů. Sekundárně se pak Osobnostní a sociální výchova v oblastech postojů a mezilidských vztahů blíží kompetenci pracovní a občanské.

Jak jsme již zmínili dříve, má Osobnostní a sociální výchova vztah i k dalším průřezovým tématům Rámcového vzdělávacího programu. Souhrnně se

dá říci, že osobnostně sociální dovednosti každý člověk potřebuje k řešení otázek týkajících se zbývajících pěti průřezových témat.

Osobnostní a sociální výchova má na základní škole mnoho forem. Tuto výchovu lze vyučovat jako samostatný předmět nebo v rámci jiných předmětů, dále v třídnických hodinách, v kroužcích, během víkendových soustředění apod.

2.3.3. Dramatická výchova – doplňující vzdělávací obor v Rámcovém vzdělávacím programu pro základní vzdělávání

Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání vymezuje mimo jiné i vzdělávací oblast Umění a kultura. Tato vzdělávací oblast je v Rámcovém vzdělávacím programu pro základní vzdělávání zastoupena vzdělávacími obory Hudební výchova a Výtvarná výchova. Lze ji doplnit i o Dramatickou výchovu jako doplňující vzdělávací obor.

Dramatická výchova jako doplňující vzdělávací obor Rámcového vzdělávacího programu pro základní vzdělávání v podstatě vychází z osnov Obecné školy, kde je dramatická výchova na 1. stupni povinným předmětem. Někteří učitelé mají proto s výukou tohoto předmětu bohaté zkušenosti a ostatní učitelé se jimi mohou nechat inspirovat a čerpat z nich.

Podle Rámcového vzdělávacího programu pro základní vzdělávání [7] by měli žáci po skončení 3. ročníku umět například zvládat základy správného tvoření dechu, hlasu, artikulace, umět vstupovat do jednoduchých rolí a spolupracovat ve skupině na tvorbě jevištní situace. Po skončení 5. ročníku by měli žáci mimo jiné umět vstoupit do role a přirozeně jednat v herní situaci, pracovat ve skupině na vytvoření menšího inscenačního tvaru a využívat přitom různých výrazových prostředků.

Stejně jako Osobnostní a sociální výchova, podílí se předmět Dramatická výchova jako doplňující vzdělávací obor v rámcovém vzdělávacím programu na rozvíjení klíčových kompetencí. Během dramatické výchovy mají žáci příležitost vyjadřovat své myšlenky a názory, naslouchat druhým, spolupracovat s ostatními. Proto dramatická výchova přispívá k rozvíjení kompetencí komunikativních, sociálních i personálních. Při procesu dramatické tvorby si žák může uvědomit důsledky lidského jednání, podívat se na určitý problém z více úhlů pohledu, vyhledávat a třídit informace. Dramatická výchova tak přispívá i k rozvoji kompetence k řešení problémů a kompetence k učení. Téma mezilidských vztahů s dramatickou výchovou často také souvisí, proto se tato výchova podílí i na rozvíjení občanských kompetencí.

Dramatická výchova jako doplňující vzdělávací obor může mít více podob. Buď ji lze ustanovit samostatným předmětem, nebo se dramaticko-výchovné metody mohou aplikovat do různých vyučovacích předmětů.

Obsah, cíle, postupy, metody a formy dramatické výchovy jsou již uvedeny v kapitole 2.2.

2.3.4 Sociálně psychologický výcvik

Tento systém se u nás začal formovat již v prvních desetiletích druhé poloviny 20. století.

V současné době je často aplikován na výcvik manažerů, úředníků, pedagogů, sociálních pracovníků a na řadu dalších profesí. Během výcviku účastníci řeší různé simulované či reálné úkolové situace, při nichž dochází ke zvyšování jejich sociálních dovedností.

Sociálně psychologický výcvik lze využít k sociálnímu rozvoji dětí v rámci Osobnostní a sociální výchovy i na základní škole formou celé řady her a

cvičení. Při těchto hrách a cvičeních je podle Hermochové [4] navozen kontakt mezi účastníky, při kterém se o sobě vzájemně něco dozvídají a jsou upozorňováni na vznikající pocity, postoje a názory. Motivují tak děti k sociálnímu učení i k učení ze zkušenosti. Mohou přispět ke zvýšení aktivity pasivních dětí a zároveň regulovat chování dětí dominantních, snižují u dětí strach a napětí.

Hermochová [4] dále vysvětluje, že účinnost cvičení závisí na následujících okolnostech:

- aktivní spoluúčast – děti mohou v hrách uplatnit své city i pocity, mohou si spolu povídat, pohybovat se, vyjednávat mezi sebou, rozhodovat se za sebe apod.
- zpětná vazba – děti si ujasňují, co a jak udělaly, jak to vidí ony samy a jak to vidí druzí
- obsahové a časové hranice her a cvičení – závěr cvičení je často spojen se zážitkem „AHA“
- otevřenost výsledků – ve většině her a cvičení neexistuje jediné správné řešení
- interakce – při cvičeních dochází k interakci mezi dětmi a probíhá tak sociální učení
- soutěživost a spolupráce – hry rozvíjejí smysl dětí pro kooperaci
- rovnoměrný podíl všech dětí na aktivitách skupiny – hry dávají šanci k úspěchu i těm, kdo v normálních školních situacích patří k méně úspěšným
- skupinová koheze – hry a cvičení pomáhají ke vzniku soudržnosti mezi dětmi, k vědomí, že ke skupině patří a jsou jí přijati
- pozice vedoucího skupiny – v průběhu cvičení se střídají fáze, kdy se postavení vedoucího mění a vytváří tak pružný vztah dětí k autoritám

Hermochová [4] dále vysvětluje, čemu se mohou děti při cvičeních sociálně psychologického výcviku a interakčních hrách naučit:

- senzibilizace vnímání - cílem tohoto procesu je získat správný pohled na sebe sama i na druhé
- prohloubení odpovědnosti –dítě poznává, že člověk má ve svém chování možnost volby, může se rozhodovat sám a přebírat zodpovědnost za to, co dělá
- smysluplné vyjadřování pocitů – děti v průběhu cvičení zjišťují, že vyjadřovat své postoje, myšlenky a city je dovoleno
- uvědomování si vlastních motivů chování – děti se zamýšlí nad tím, co koho vede k určitému chování
- sebeakceptace – ve cvičeních je zdůrazňován význam pozitivního postoje k sobě samému
- akceptování druhých – dítě se učí respektovat a tolerovat mínění, pocity a chování druhých lidí
- nezávislost chování – každé dítě rozvíjí odpovědnost za sebe sama a své chování

Valenta [18] se ve své knize zabývá srovnáváním dramatické výchovy a sociálně psychologického výcviku. Hlavní rozdíl mezi těmito dvěma systémy vidí v tom, že dramatická výchova se zabývá spíše jednotlivcem, kdežto sociálně psychologický výcvik se více zaměřuje na skupinu, na rozvíjení sociálních dovedností.

3. Návrh implementace průřezového tématu

Osobnostní a sociální výchova do kurikula

1. st. ZŠ

3.1. Úvod do praktické části

Cílem praktické části mé diplomové práce je včlenit jednotlivé části průřezového tématu Osobnostní a sociální rozvoj do různých předmětů na 1. stupni ZŠ. Vycházela jsem především z her a cvičení pro dramatickou výchovu a sociálně psychologický výcvik. Čerpala jsem z publikací od **Hermochové [4,5], Machkové [8], Bláhové [2] a Hoopeových [6]**.

Jednotlivé hry a cvičení jsem prakticky provedla ve 3. ročníku na Základní škole Ještědská v Liberci, kde jsem předtím absolvovala několikatýdenní souvislou pedagogickou praxi. Dopředu jsem tedy znala paní učitelku, žáky, velikost a vybavení třídy i celé prostředí školy. Většinu her a cvičení, které v teoretické části uvádím, jsem s dětmi průběžně prováděla při vyučování během školního roku zhruba ve třiceti vyučovacích hodinách. Ve třídě bylo většinou přítomno 22 dětí. Pro realizaci některých her nebyly vždy ideální podmínky (např. nedostatečný prostor nebo chybějící koberec), ale i přes tyto omezené možnosti se mi podařilo hru s dětmi úspěšně provést. Některé hry a cvičení jsem dále provedla ve 4. a 5. ročníku na Základní škole Švermova při hodinách Anglického jazyka.

U každé hry nebo cvičení je uveden edukační cíl, přibližná doba trvání, pomůcky, které učitel pro cvičení musí připravit, vyučovací předmět, pro který je aktivita vhodná, případně další podmínky uvedení hry. Dále je uvedena věková kategorie, pro kterou je hra určena, pokud tato informace byla uvedena v odborné literatuře. V opačném případě byla hra úspěšně vyzkoušena pouze

ve 3. ročníku ZŠ. Kromě popisu samotné aktivity je uvedeno, jak s dětmi provést reflexi této činnosti. K tomu jsou v kolonce Vyhodnocení uvedeny typy otázek, které učitel může dětem v závěru položit. V kolonce Reflexe uvádím svoje poznatky a osobní zkušenosti, které jsem při práci s dětmi načerpala. U některých her není tato informace uvedená, protože jsem je v praxi nevyzkoušela. V kolonce Použití uvádím názvy předmětů, při kterých lze danou aktivitu uplatnit. Některé hry a cvičení rozvíjejí současně více dovedností najednou, proto se v praktické části mohou některé hry a cvičení objevit ve více kapitolách.

3.2. Praktické dovednosti pro osobnostní rozvoj

3.2.1. Rozvoj schopnosti poznávání

3.2.1.1. Cvičení smyslového vnímání, pozornosti a soustředění

Probouzení semínek

Cíl:

Cvičení vede k rozcvičení, uvolnění a soustředění na tělo a pohyb ve vztahu k prostoru.

Věk:

Cvičení provedeno ve 3. ročníku ZŠ.

Doba:

asi 5 minut

Popis cvičení:

Hráči leží na zemi a představují semínka květin. Když přijde jaro, začnou se semínka probouzet, protahovat, převalovat a stoupat vzhůru za sluníčkem.

Reflexe:

Toto cvičení jsem zařadila hned na začátek hodiny. Ne všechny děti dokázaly pohyb procítit. Některé děti prováděly cvičení rychle a mechanicky. Za týden jsme cvičení zopakovali, děti již cvičení znaly, proto se dokázaly lépe koncentrovat a pohyb procítit.

Použití:

Prvouka, Tv, Čtení, Přírodověda, Dramatická výchova

Obr. 1 – Probouzení semínek.



Bum

Cíl:

Hra vede k soustředění pozornosti na čísla a slova.

Věk:

Cvičení provedeno ve 3. ročníku ZŠ.

Doba:

asi 5 - 10 minut

Popis cvičení:

Zvolíme násobilku například čtyř, hráči říkají v kruhu postupně čísla, ale místo zvoleného násobku řeknou vždy „bum“, tedy např. 1, 2, 3, bum, 5, 6, 7, bum atd.

Reflexe:

Toto cvičení většinou děti bez problémů zvládly, přispělo k jejich koncentraci a aktivizaci.

Doporučuji ho hrát v kroužku hned na začátku hodiny Matematiky.

Použití:

M

Jméno

Cíl:

Hra k rozvoji soustředění pozornosti na slova. Vede k vnímání a prožívání rytmu u dětí.

Věk:

Cvičení provedeno ve 3. ročníku ZŠ.

Doba:

asi 10 minut

Popis cvičení:

Hráči sedí v kruhu, učitel hraje na bubínek, hráč v rytmu dvakrát vysloví svoje jméno, pak dvakrát jméno jiného hráče. Ten dále pokračuje.

Reflexe:

Děti cvičení bavilo, ale nedokázaly se při vyslovování jmen držet rytmu bubínku, některé děti dlouze uvažovaly, jakého hráče mají vyvolat. Častějším opakováním si děti na cvičení zvykly a lépe prožívaly rytmus.

Použití:

Hv, Čj, Čtení, Dramatická výchova

Poslouchej všechny zvuky**Cíl:**

Cvičení vede děti k sebekontrolě a k citlivému vnímání sebe i svého okolí.

Věk:

Cvičení provedeno ve 3. ročníku ZŠ.

Doba:

asi 10 minut

Pomůcky:

klíče, papír, louskač ořechů, krabička zápalek, jablko

Popis cvičení:

Děti nejprve poslouchají svůj vlastní dech, potom se snaží koncentrovat na poslech všech zvuků v místnosti. Potom se hráči otočí ke zdi, učitel dělá různé zvuky a žáci je rozeznávají. Zvuky: cinkání klíči, posouvání nábytku, trhání papíru, louskání ořechů, škrtnutí zápalkami, kousnutí do jablka apod.

Reflexe:

Při poslouchání dechu některé děti úmyslně dýchaly hodně nahlas, čímž rozesmívaly ostatní. Nereagovala jsem, děti se za chvíli uklidnily a začaly se koncentrovat. Rozeznávání zvuků děti bavilo a většinou hned napoprvé poznaly, o jaký zvuk se jedná. Dvě děti měly tendenci se často otáčet. Na toto

cvičení lze navázat hrou v kruhu, kdy jedno dítě má zavázané oči, náhodně přistoupí k jednomu z dětí a ptá se „Kdo jsi“, druhý odpovídá „Hádej kdo jsem“ normálním či změněným hlasem. Dítě se zavázanýma očima má uhodnout, o koho jde.

Použití:

Hv, Prvouka, Čj, Dramatická výchova

Kdo nezpívá?

Cíl:

Cvičení je výborným artikulačním cvičením, zároveň u dětí rozvíjí schopnost pozorně se soustředit.

Věk:

Cvičení provedeno ve 3. ročníku ZŠ

Doba:

asi 10 minut

Popis cvičení:

Zvolený hráč jde za dveře. S dětmi se domluvíme, že při společně zazpívané písničce budou některé děti zpěv pouze předstírat. Zvolený hráč má určit, které děti to jsou.

Reflexe:

Cvičení děti bavilo, zároveň se uvolnily a začaly se lépe soustředit. Při dalším opakování jsem zvolila najednou dva hádající hráče. Ti se pak společně domluvili na tom, kdo zpěv předstírá. Cvičení tak zároveň rozvíjí schopnost vzájemně se domluvit při řešení problému. Cvičení jsem dále provedla v 5. ročníku při hodině Anglického jazyka, kdy děti zpívaly anglickou píseň.

Použití:

Hv, Čj, Cizí jazyk, Dramatická výchova

Co mám v ruce ?

Cíl:

Cvičení vede k rozvoji smyslu hmatu, k soustředění pozornosti, k rozvíjení prostorové představivosti i fantazie.

Věk:

Cvičení provedeno ve 3. ročníku ZŠ.

Doba:

asi 10 minut

Pomůcky:

orech, lžička, tužka, baterka, míček, vata, kartáček na zuby

Popis cvičení:

Hra může být hádankou nejen pro toho, kdy si poslepu vybral některý z připravených předmětů a hmatem se snaží poznat, o jaký předmět jde, ale při popisování hmatového vjemu i hádankou pro ostatní.

Reflexe:

Cvičení děti bavilo, měly snahu předměty popsat a dařilo se jim to. Některé děti ovšem hru zkazily tím, že se potají dívaly, co má dotyčný v ruce, nahlas to řekly, a tím znemožnily „pochtivým“ dětem hádat. Proto doporučuji na začátku hry děti upozornit na to, že nemají při hře podvádět. Cvičení jsem s obměnou provedla ve 4. ročníku při hodině Anglického jazyka. Nejprve jsem s dětmi zopakovala anglické názvy předmětů, které se do té doby již naučily, například a ball, an apple, a pen, a sharpener, apod. Potom jsem jednomu žákovi zavázala šátkem oči a ten postupně vytahoval ze sáčku tři předměty. Při vytažení každého předmětu měl uvést anglický název, např. „This is a ball.“ Ostatní děti mu odpovíděly „Yes, that’s right“ nebo „No, that’s wrong“, tím došlo k aktivizaci všech dětí. Pokud se žákovi podařilo správně uhodnout všechny tři předměty, získal sladkou odměnu. Čím více je předmětů v sáčku, tím více žáků může hádat. Toto cvičení vedlo k rozvoji smyslu hmatu, ke koncentraci pozornosti a zároveň k procvičení anglických slov.

Použití:

Prvouka, Čj, Cizí jazyk, Dramatická výchova

Obr. 2 – Co mám v ruce?

**Pytlík dobrot****Cíl:**

Cvičení se zaměřuje na rozvoj smyslu chuti, vede k soustředění pozornosti, rozvoji slovní zásoby, uvědomování si vlastností látek.

Věk:

Cvičení provedeno ve 3. ročníku ZŠ.

Doba:

asi 10 – 15 minut

Pomůcky:

sáček se třemi druhy bonbonů

Popis cvičení:

Děti sedí v kruhu zády k sobě a mají zavřené oči. Postupně každé dítě vytahuje ze sáčku jeden bonbon, který se mu líbí. Podmínkou je, že nikdo nesmí promluvit. Bonbon děti vloží do úst a obal zmuchlají a schovají v dlani. Teprve, když si všichni vybrali, mohou otevřít oči a otočit se v kruhu čelem k sobě. Do dlaně se však nesmějí podívat. Děti pak postupně popisují chuť svého bonbonu, jeho tvar a strukturu. Když všechny děti popíší chuť svého bonbonu, přidávají se k těm, o kterých si myslí, že měly stejný druh jako oni. V takto vzniklých skupinách si znovu upřesní jeho chuť, tvar i strukturu. Pokud si žáci myslí, že patří do stejné skupiny, ukáží si vzájemně obaly od svých bonbonů.

Reflexe:

Pro zjednodušení jsem žákům dala na začátku instrukce, aby zavřeli oči již při vytahování bonbonů ze sáčku. Během hry jsem žáky vedla k tomu, aby co nejpřesněji formulovaly své myšlenky. Překvapilo mne, jak žáci dokázali přesně popsat chuť, tvar a strukturu bonbonů. Ve výsledných třech skupinách se sešli žáci se stejnými bonbony. Mohu potvrdit, že toto cvičení vede k rozvoji slovního vyjadřování, k soustředění pozornosti a samozřejmě k rozvoji smyslového vnímání.

Použití:

Prvouka, Čj, Dramatická výchova

Třída

Cíl:

Cvičení v pozorování okolí a zobecňování.

Věk:

od 9 let

Doba:

asi 45 minut

Pomůcky:

papír a tužka

Popis cvičení:

Děti si nakreslí plánec třídy, doprostřed místnosti udělají křížek. Každý žák si do svého plánu nakreslí kolečko tam, kde sedí, napíše do něho své jméno. Potom nakreslí do plánu tři kolečka tam, kde sedí jeho kamarádi nebo kamarádky, do koleček napíše jejich jména. Co nejvíce dětí své kresby předvede.

Reflexe:

Cvičení jsem provedla ve 4. ročníku při hodině Anglického jazyka, kdy došlo k procvičení anglických slov a cross, a circle. Děti do plánu nakreslily tři kolečka, do nich napsaly jména svých kamarádů. Většině dětí to nestačilo, chtěly do plánu napsat více jmen. Proto jsem dětem dovolila, že mohou do plánu zakreslit ještě více koleček se jmény svých kamarádů. Ukázka dětské práce je uvedena v Příloze č. 2.

Použití:

M, Vv, Cizí jazyk, Psaní

Kdo začal?

Cíl:

Cvičení pozorování, pozornosti, imitace pohybů.

Věk:

od 8 let

Doba:

ne více než 10 minut

Popis cvičení:

Děti sedí v kruhu. Zvolíme jednoho dobrovolníka – „detektiva“, který jde za dveře a ostatní si mezitím zvolí vedoucího hry. Ten předvádí různé pohyby, např. uklání se do stran, luská prsty atd. Děti vedoucího pozorně, ale nenápadně pozorují a přesně jeho pohyby napodobují. „Detektiv“ musí zjistit, kdo je vedoucím. Může hádat třikrát, pokud se mu nepodaří vedoucího poznat, je vystřídán jiným hráčem.

Vyhodnocení:

Co se mi na hře líbilo?

Co se mi na hře nelíbilo?

Jak šlo „detektivům“ pátrání?

Reflexe:

Děti toto cvičení opravdu bavilo, všem „detektivům“ se podařilo vedoucího uhodnout. Mohu potvrdit, že cvičení vede ke koncentraci „detektivů“. Žák, který je zvolen vedoucím, se učí improvizovat. Ostatní děti jsou také aktivní, musí neustále sledovat vedoucího, napodobovat jeho pohyby, proto u nich dochází k rozvoji bystrého vnímání a soustředění.

Použití:

Prvouka, Tv, Hv, Dramatická výchova

3.2.2. Sebepoznání a sebepojetí

3.2.2.1. Já jako zdroj informací o sobě

Otázky z dětství

Cíl:

Cvičení vede k sebepoznání, k prohloubení vědomí možností daných vlastním vývojem.

Věk:

od 6 let

Doba:

asi 45 minut

Pomůcky:

fotografie z ranného dětství, velký arch papíru

Popis cvičení:

Učitel rozloží fotografie dětí na arch papíru. Děti hádají, kdo je kdo.

Vyhodnocení:

Jsou si zobrazené děti podobné?

Bylo těžké děti poznat?

Jaké to bylo být malý?

Co se od té doby změnilo?

Je pro mne teď život lepší či horší?

Jak se mi líbí můj současný život?

Co by se mělo zlepšit?

Co pro to mohu udělat?

Použití:

Prvouka, Čj, Vv

3.2.2.2. Druzí jako zdroj informací o mně

Jak vidím sám sebe?

Cíl:

Srovnání vlastního a cizího pohledu na sebe.

Věk:

od 10 let

Doba:

asi 40 minut

Pomůcky:

pro každého dvě kartičky papíru a tužka

Popis cvičení:

Jednu kartičku děti nadepíší „Jak vidím sám sebe“ a druhou „Jak mne vidí ostatní“. Na kartičku „Jak vidím sám sebe“ napíše pár vět, které vyjadřují jejich vlastnosti , např. „Jsem přátelský“ apod. Na druhou kartičku napíše předpokládané názory druhých na jeho osobu: „Druzí si myslí, že jsem líná“ apod. Kartičky se nepodepisují.

V malých skupinách si děti nejprve čtou kartičky s názvem „Jak vidím sám sebe“, tipují, kdo je autorem a vysvětlí důvod své volby. Když tipovali všichni, daný žák se přizná, že jde o něho. Potom si každý žák před sebe položí kartičku s názvem „Jak mne vidí druzí“, ostatní se k obsahu kartičky vyjádří a sdělí žákovi to, co si o něm myslí.

Vyhodnocení:

Jak jsem se cítil ve skupině?

Dotklo se mně něco?

Řekl jsem něco, co se mohlo dotknout jiného člena skupiny?

V čem se vidím zcela jinak, než mne vidí ostatní?

Napadlo mne, že bych se mohl v budoucnu nějak změnit či chovat jinak?

Použití:

Čj, Čtení, Psaní

3.2.2.3. Co o sobě vím a co ne

Dopis do ciziny

Cíl:

Cvičení vede k hlubšímu sebepojetí.

Věk:

od 8 let

Doba:

asi 30 minut

Pomůcky:

formulář „Doplňování vět“

Popis cvičení:

Děti píší dopis někomu neznámému do neznámé země. Adresát je stejného věku jako pisatel. Děti vyplňují následující formulář:

Milý(á)... z ...

Jmenuji se ... a je mi ... let.

Moje oblíbená barva je ...

Ze zvířat mám nejraději ...

Moje nejoblíbenější jídlo je ...

Můj nejhezčí zážitek z poslední doby je ...

Ve škole mám strach, když ...

Až budu starší, přeji si, aby ...

Mám k tobě prosbu ...

Často ...

Nejraději si hraji s ...

Doufám, že ...

Chci ti ještě říct, že ...

Tvůj... (Tvá)...

Po doplnění formuláře si děti ve dvojicích vzájemně předčítají své dopisy, kdo chce, může svůj dopis přečíst ostatním.

Vyhodnocení:

Už jsem někdy takový dopis psal?

Nad kterou větou jsem musel nejvíce přemýšlet?

Která věta obsahuje nejdůležitější informace o mně?

Dověděl jsem se něco zajímavého o pisateli, jehož dopis jsem četl?

Může si ten, kdo bude můj dopis číst, udělat přibližnou představu o tom, jaký jsem člověk?

Pozn.:

Nedoporučujeme toto cvičení začátečníkům v práci se skupinou, protože vyžaduje určité zkušenosti.

Reflexe:

Pro děti nebylo lehké přistoupit na to, že adresát je někdo nekonkrétní, někdo koho neznají. Ptaly se mne, zda své dopisy potom mají neznámému adresátovi odeslat. Většina dětí jako adresáta uvedla jméno svého kamaráda ze školy a připojila název cizí země. Některé děti psaly dopis do měst České republiky. Nejčastější dotaz směřoval na otázku Ve škole mám strach, když. Vysvětlila jsem dětem, že mohou napsat cokoliv. Přesto na tuto otázku nechtěly některé děti odpovídat.

Cvičení děti velmi bavilo a panovala klidná atmosféra. Cvičení vedlo u žáků nejen k hlubšímu poznání sebe samých, ale i k poznání druhých, protože si žáci ve dvojicích o svých dopisech povídali. Rychlejší děti namalovaly obrázek. Ukázka dětské práce je uvedena v příloze č. 3.

Použití:

Čj, Prvouka, Psaní

3.2.2.4. *Můj vztah ke mně samé/mu*

Dopis trosečníka

Cíl:

Prohloubení pocitu vlastní identity.

Věk:

od 9 let

Doba:

asi 20 minut

Pomůcky:

papíry, tužky, pastelky, event. lahve a zátky

Popis cvičení:

Děti se pohodlně se pohodlně posadí a učitel vypráví:

„Od moře vane vítr – zhluboka dýcháte, cítíte čerstvý vzduch a díváte se na moře. Jdete bosi po pobřeží a cítíte jemný vlhký písek, v němž leží mušličky. Jste zvědaví, co vše se s přílivem dostalo na břeh. Chtěli byste najít něco skutečně neobvyklého, cenného. Jdete proto o něco rychleji. Náhle uvidíte ve vlnách blízko břehu láhev. Rychle ji vytáhnete a jdete s ní na břeh. Prohlížíte si ji a vidíte, že uvnitř je svitek papíru. Jdete s lahví k blízké skále a roztříštíte o ni hrdlo. Z lahve vypadne svitek papíru. Ten je popsáný a vy pochopíte, že je to dopis neznámého člověka. Jste zvědaví, co v dopise stojí. Vezmete dopis s sebou sem a rozevřete ho. Otevřete teď oči, vezměte si papír a napište, co jste v dopise četli. Vaše zápisky si vzájemně přečteme.“

Vyhodnocení:

Jak snadno jsem si představil moře. Kdo odeslal dopis?

Jak tato osoba žila?

Čeho chtěla svým dopisem dosáhnout?

Měla tato osoba nějaká přání?

Měla tato osoba nějaké problémy?

Znám tyto problémy ze svého života?

Kdybych mohl odesílateli odepsat jednou větou, která by to byla?

Reflexe:

Přestože je cvičení určeno pro děti od 9 let, děti ve 3. ročníku ZŠ ho zvládly, cvičení je bavilo a rozvíjely při něm svoji fantazii. Děti mne prosily, zda mohou k dopisu nakreslit obrázek, což jsem jim umožnila. Jedna dívka ještě před mou instrukcí sama navrhla, že na dopis, který napsala, odepíše. Když jsem se dětí zeptala, jaká přání podle nich osoba měla, všechny děti odpověděly, že přáním osoby bylo dostat se pryč z ostrova. V příloze č. 4 je uvedena ukázka jednoho dopisu.

Použití:

Čj, Čtení, Vv, Psaní

Můj největší úspěch v tomto roce

Cíl:

Zaujmout k sobě samotnému kladný postoj.

Věk:

od 8 let – skupina max. 16 dětí

Doba:

asi 30 minut

Pomůcky:

pro každého papír a tužka

Popis cvičení:

Děti jsou vyzvány, aby si vybavily zážitek z minulého roku, při kterém měly pocit úspěchu. Popíší ho několika krátkými větami, nepodepisují se. Pár náhodně vybraných zápisů se přečte a děti tipují, kdo je autorem.

Vyhodnocení:

Jaký úspěch je pro mne zvlášť důležitý?

Co jím získám?

Jsem v této skupině dostatečně uznáván?

Komu ze skupiny bych chtěl projevit více uznání?

Co nového jsem se dozvěděl o ostatních?

Reflexe:

Pro některé děti bylo těžké přijít na to, jaký úspěch prožily. Ptaly se mne, zda mohou napsat o úspěchu, který se nestal v minulém roce, ale jindy, což jsem jim dovolila. Jeden chlapec to už dopředu vzdal, nemohl na žádný svůj úspěch přijít. Věděla jsem, že dotyčný chlapec rád hraje fotbal. Položila jsem mu tedy otázku, zda někdy zažil díky fotbalu úspěch. Jeho zápis je v uveden příloze č. 5. Dětem jsem na začátku mimo jiné řekla i to, že si budeme zápisy číst a tipovat, kdo je autorem. To děti „zablokovalo“, nechtěly druhým ulehčit hádání, a proto se stále nemohli rozhodnout, co mají napsat. Příště doporučuji nesdělít dětem na začátku cvičení, že budou tipovat autora zápisu. Tak se budou lépe soustředit na hlavní důvod tohoto cvičení, tedy na to, že prožily úspěch.

Použití:

Psaní, Čtení, Čj

Vizitka

Cíl:

Díky cvičení si žáci více ujasní představu o sobě samých.

Věk:

od 10 let

Doba:

asi 45 minut

Pomůcky:

pro každého čtvrtka papíru a pastelky

Popis cvičení:

Žáci jsou vyzváni, aby si pro sebe navrhli vizitku, na které nebudou žádná slova, ale pouze kresby a symboly vypovídající druhým o tom, jaký žák je. Všechny vizitky se ukazují, děti tipují, kdo je autorem a svůj tip zdůvodní.

Vyhodnocení:

Co se mi na hře líbilo?

Co jsem si zvolil, abych se představil?

Jaké byly k mé kresbě poznámky?

Poznaly mne ostatní děti?

Jak dobře se vzájemně známe?

Reflexe:

Toto cvičení jsem s dětmi provedla v 5. ročníku. Děti většinou kreslily samy sebe nebo svá oblíbená zvířata. V průběhu cvičení si děti ve dvojicích povídaly o tom, co kreslí. Nakonec jsme si všechny obrázky vystavili. U každého obrázku děti hádaly, kdo ho nakreslil a odůvodnily, proč si to myslí. Došlo tak i k rozvoji slovního vyjadřování. Většina dětí si svoji vizitku vzala s sebou domů. Ukázka dětské práce je uvedena v příloze č. 6.

Použití:

Vv, Pv, Čj

3.2.2.5. Zdravé a vyrovnané sebepojetí**Kdybych byl mráčkem****Cíl:**

Nepřímý, citový a intuitivní přístup k vlastnímu sebepojetí. Proto se vyhýbat rozumově podloženým argumentům.

Věk:

od 8 let

Doba:

45 minut i méně

Popis cvičení:

Učitel se žáků nejprve zeptá, zda už někdy někoho napadlo, že by se mohl převtělit v něco jiného. Co by to bylo? Žáci se volně rozestoupí v prostoru a učitel pokládá žákům následující otázky:

Kdybyste se stali mrakem, jaký mrak by to byl? Nakreslete ho rukama do vzduchu.

Kdybyste se mohli převtělit v hvězdu, slunce nebo měsíc, pro co byste se rozhodli? Nakreslete to rukama do vzduchu.

Kdybyste se mohli proměnit v květinu, ve kterou byste se proměnili? Nakreslete ji před sebou.

Kdybyste se mohli proměnit v hudební nástroj, který by to byl? Předved'te hru na tento nástroj.

Kdybyste se mohli změnit v pracovní nástroj, který by to byl? Předved'te práci s tímto nástrojem.

Kdybyste se mohli proměnit ve zvíře, které by to bylo? Znázorněte ho.

V co byste se chtěli ještě proměnit? Znázorněte to.

Vyhodnocení:

Jak se mi hra líbila?

Co jsem o sobě zjistil?

Co bylo pro mne nejpříjemnější?

Reflexe:

Na dětech byla patrná vnitřní účast při cvičení, pouze dvě děti měly se cvičením problém. Celkově nejpříjemnější a nejpřirozenější pro děti bylo vžít se do role zvířete. U tohoto cvičení neexistuje správné řešení, každé dítě má prostor pro své vlastní sebevyjádření.

Použití:

Vv, Prvouka, Hv, Přírodověda, Čj, Dramatická výchova

3.2.3. Seberegulace a sebeorganizace

3.2.3.1. Organizace vlastního času

Cit pro čas

Cíl:

Cvičení vede k tomu, že si žáci ujasní svůj vztah k času.

Věk:

10 let

Doba:

asi 45 minut

Pomůcky:

Formulář Cit pro čas

Popis cvičení:

Učitel dětem nejprve položí otázky, které nějak souvisí s časem. Kdo často spěchá? Znáte nějaké přísloví o čase? Děti dostanou formulář, který vyplní. Poté postupně všechny děti čtou své odpovědi na jednotlivé otázky.

Vyhodnocení:

Co jsem si sám pro sebe odnesl?

V čem chci své rozdělení času upravit?

V čem potřebuji poradit?

Formulář „Cit pro čas“

1. Mám dost času na...
2. Mám málo času na...
3. Potřebuji mnoho času na...
4. Čas mi ubíhá velmi pomalu, když...

5. Čas letí, když...
6. Zapomínám na čas, když...
7. Propadám zmatku, když
8. Nudím se, když...
9. Využívám času, když...
10. Věci, které odkládám, jsou...
11. Hned vyřizuji věci, které...
12. Svůj čas si plánuji...

Reflexe:

Cvičení jsem použila již ve 3. ročníku ZŠ. Některým otázkám děti nerozuměly, především otázce č. 7, ale jinak cvičení zvládly a myslím, že je pro 3. ročník přiměřené. Celkově jsem se od dětí dozvěděla a překvapilo mně, že mají málo času na hraní si s kamarády a na zábavu. Myslím si, že jsme splnili cíl cvičení a že si děti více ujasnily svůj vztah k času. Ukázka dětské práce je uvedena v příloze č. 7.

Použití:

Prvouka, Čj, Čtení, Psaní

3.2.4. Psychohygiena

3.2.4.1. Dovednosti zvládání stresových situací

Stresovaná myš

Cíl:

Cvičení umožňuje přenést vlastní problémy na nějaké zvíře. To chrání děti před zátěží výpovědi o vlastních problémech.

Věk:

od 9 let

Doba:

asi 60 minut

Pomůcky:

čtvrtka, tužka, pastelky

Popis cvičení:

Učitel: „Už jste někdy viděli dospělého člověka, který je ve „stresu“? Který prohlásil: „Už je toho na mne moc!“ Myslíte, že i děti prožívají stres? Kdo má pocit, že už byl sám ve stresu? Můžeme si celou věc přiblížit i tak, že ve stresu je zvíře, například myš. Představte si, že je to malá myška, kterou něco tíží. Napište o ní příběh, rozhodněte se, co ji trápí. Vyprávějte, co by takovou malou myšku mohlo trápit. Co by mohla udělat, aby se ze své svízelné situace dostala? Může jí někdo pomoci? Jak se její situace vyřeší? Můžete svou povídku doplnit obrázky.

Nakonec se příběhy, které děti napsaly, přečtou. Ukáží se obrázky.

Vyhodnocení:

Jsem na tom někdy jako moje myš?

Existuje nějaký problém, který mne stále zaměstnává?

S kým o tom mohu hovořit?

Použití:

Vv, Prvouka, Přírodověda, Čj, Psaní

3.2.5. Kreativita

3.2.5.1. Pružnost nápadů

Obraz mého jména

Cíl:

Cvičení vede k tomu, že se žáci identifikují se svým jménem. Zároveň dochází k rozvoji kreativity.

Věk:

od 8 let

Doba:

30-45 minut

Pomůcky:

pro každého čtvrtka papíru a voskovky

Popis cvičení:

Učitel děti vyzve, aby si každý potichu opakoval své jméno a pozoroval, co ho při tom napadá. Potom se každý pokusí nakreslit tyto asociace. Obrázky, které jsou na rubu podepsané, si děti prohlížejí. Před závěrečným hodnocením se obrázky umístí tak, aby na ně bylo dobře vidět. Obrázky dětí se stejným jménem dáme vedle sebe.

Vyhodnocení:

Co mne napadlo k mému jménu?

Proč mi rodiče dali právě toto jméno?

Jak se mi mé jméno líbí?

Jaké by to bylo jmenovat se jinak?

Jaké jméno bych chtěl mít?

Jaké to je mít dlouhé jméno?

Jaké to je mít krátké jméno?

Mám přezdívku?

Jak se mi líbily obrázky ostatních dětí?

Pozn.

Při vyhodnocení pracujeme především s asociacemi dětí a popisem obrázků. Pokud možno se vyhýbáme interpretacím, této fázi bychom měli věnovat dostatek času.

Reflexe:

Děti tímto cvičením rozvíjely fantazii a tvořivost. Překvapilo mne, co všechno dokázaly vymyslet. Při rozhovoru vyprávěly, jaké jméno by si přály mít a jakou přezdívku mají. Dozvěděli jsme se, že některé děti se měly původně jmenovat jinak, ale jejich rodiče jim nakonec dali jiné jméno. Díky tomuto rozhovoru se děti identifikovaly se svým jménem, zároveň se jeden o druhém něco nového dozvěděly. Došlo tak k většímu stmelení skupiny. Doporučuji děti na začátku cvičení přimět k tomu, aby si při tichém vyslovování jejich jména zavřely oči. Dovedou se pak lépe koncentrovat. Ukázka dětské práce je uvedena v příloze č. 8.

Použití:

Vv, Pv, Čj

Povídka na pokračování

Cvičení je uvedeno v 3.3.4.1

Všichni lidé v tomto městě

Cvičení je uvedeno v 3.3.3.1

3.3. Praktické dovednosti pro sociální rozvoj

3.3.1. Poznávání lidí

3.3.1.1. Vzájemné poznávání se ve skupině

Pohyb 2

Cíl:

Cvičení vede k rozcvičení, sblížení, je vhodné na začátek dne.

Věk:

Od 8 let

Doba:

asi 10 minut

Popis cvičení:

Skupina se rozdělí do dvojic. Dvojice se drží za ruce a procházejí se. Při každém setkání se dvojice obřadně pozdraví úklonou. Po jedné minutě se děti na znamení vedoucího zastaví. Se svými partnery se rozloučí a pro další kolo se rozdělí do nových dvojic. V nové dvojici se postaví k sobě zády a chytanou se za ruce. Takto spojeny chodí po místnosti (1 min). Pak se opět rozloučí a najdou si nového partnera. V nové dvojici se děti drží za ruce, pokrčí nohy v kolenou a poskakují po místnosti (1 min). Potom se rozloučí a utvoří další dvojici. Menší člen dvojice zavře oči, větší ho vezme za ruku a vodí ho opatrně po místnosti jako slepce (1min). Po minutě se rozloučí a utvoří další dvojici. Partneři si stoupnou proti sobě. Drží se za ruce a běhají co nejrychleji po místnosti. Musí však dávat pozor, aby nedošlo ke srážce (1 min).

Vyhodnocení:

Jaký mám pocit?

Kdo si mne zvolil za partnera?

Byli mi všichni moji partneři sympatičtí?

Byl jsem při volbě aktivní, či jsem „byl volen“?

S kým se mi ve dvojici nejlépe úkol byl pro mne nejtěžší?

Reflexe:

Na začátku cvičení děti utvořily dvojice podle toho, kdo s kým kamarádí. Když měly utvořit dvojici s někým dalším, zaskočilo je to a nechtěly se s původním partnerem rozloučit. Já jsem však důsledně trvala na tom, aby vznikly nové dvojice. Díky tomuto cvičení se spolu dostaly do kontaktu i děti, které spolu běžně moc nekomunikují. Část cvičení, kdy mají děti běhat co nejrychleji po místnosti jsem vynechala, protože ve třídě nebyl dostatek prostoru a hrozilo nebezpečí úrazu.

Použití:

Dramatická výchova, Tv, Hv, Prvouka

Obr. 3 – Pohyb 2.



Místo po mé pravici je volné

Cíl:

Cvičení vede k rozehrání, přispívá k seznámení nových členů ve skupině, stimuluje pozornost.

Věk:

Od 8 let

Doba:

5-10 minut

Popis cvičení:

Žáci utvoří kruh a posadí se na židle. Vedoucí má po pravé ruce jednu volnou židli a začne cvičení větou: „Místo po mé pravici je volné. Chci, aby tam seděl...(např. Jirka), protože... (zdůvodní svou volbu).“ Zvolený hráč obsadí prázdné místo, jeho místo se tím uvolní. Hráč, který má po své pravé ruce volnou židli, volí dalšího žáka.

Vyhodnocení:

Byl jsem volen?

Kdo mne volil?

Byl někdo volen často?

Znám jména všech?

Reflexe:

Některé děti se dlouho rozmýšlely, koho mají zvolit. Bylo pro ně těžké svoji volbu zdůvodnit. Nejčastěji použily zdůvodnění „protože je hodný/á“. Cvičení jsem dále vyzkoušela v 5. ročníku při hodině Anglického jazyka. Nejčastěji zazněl argument „because he/she is a good friend“. Domnívám se, že toto cvičení vedlo děti k tomu, aby se učily na druhých hledat kladné vlastnosti.

Použití:

Čj, Cizí jazyk, Prvouka

Obr. 4 – Místo po mé pravici je volné.



3.3.1.2. Rozvoj pozornosti vůči odlišnostem

Čas pohádek

Cíl:

Při cvičení si žáci uvědomí, že vnímání je výběrové.

Věk:

od 10 let

Doba:

15-20 minut

Pomůcky:

Krátká povídka či pohádka, která trvá dvě minuty.

Popis cvičení:

Pět dobrovolníků odejde za dveře. Učitel pak ostatním přečte krátkou povídku. Přijde jeden dobrovolník a někdo mu povídku vypráví. Potom přijde další dobrovolník a jeho předchůdce (první z pěti) mu příběh převypráví. Tak to pokračuje dále, až je povídka převyprávěna posledním vypravěčem. Ostatní děti vše sledují. Závěrem učitel děti upozorní na to, že informace „ze třetí ruky“ mohou být nepřesné.

Vyhodnocení:

Jak se mi cvičení líbilo?

Jak probíhalo?

V čem se liší poslední verze příběhu od první?

Čím dochází ke zkreslení zprávy?

Co je možné proti tomu dělat?

Použití:

Dramatická výchova, Čtení, Čj

3.3.2. Mezilidské vztahy**3.3.2.1. Péče o dobré vztahy****Masírujeme slůně****Cíl:**

Fyzický kontakt dětí zlepšuje jejich vzájemné vztahy, rozvíjí se citlivost a ohleduplnost k druhému.

Věk:

Cvičení provedeno ve 3. ročníku ZŠ.

Doba:

10 min

Popis cvičení:

Děti utvoří dvojice, jedno z dětí představuje slůně, druhé z dětí je ošetřovatel. Učitel dětem vypráví příběh o slůněti, během toho předvádí rukama masážní pohyby:

„ Bylo jednou jedno ZOO a v něm žilo slůně. Každý den za ním chodil jeho ošetřovatel. Slůně si hrálo v blátě, proto ho ošetřovatel musí namydlit (přejíždět plochými dlaněmi po zádech), potom mu pustit sprchu na zádíčka (poklepat špičkami prstů), někde zůstal ještě kousek špíny (poštipovat, ale opatrně, nesmí to štípat!). Nakonec se všechno ještě opláchne (plochými dlaněmi přejíždět shora dolů).“

Vyhodnocení:

Jak se mi cvičení líbilo?

Byl jsem raději slůně nebo ošetřovatel?

Reflexe:

Děti tato hra baví a díky ní překonávají ostych z druhých dětí. Důležité je, aby se dvojice vyměnily. Děti v roli ošetřovatelů jsem vedla k tomu, aby se „slůňat“ dotýkaly jemně a šetrně. Tak se u dětí rozvíjí citlivý a ohleduplný přístup k druhému.

Použití:

Dramatická výchova, Tv, Čtení, Hv, Cizí jazyk

Obr. 5 – Masírujeme slůně.



Jeden za všechny, všichni za jednoho

Cíl:

Cvičení vede děti k tomu, aby si vzájemně pomáhaly a vytvořil se mezi nimi pocit sounáležitosti.

Věk:

Cvičení provedeno ve 3. ročníku ZŠ

Doba:

Asi 10 – 15 minut

Popis cvičení:

Hráči se rozdělí do stejně velkých skupin, všichni mají na hlavě volně položený papír. Každá skupina má projít určenou trasu. Komu spadne papír,

„zkamení“. Vysvobodit ho může někdo z jeho skupiny tak, že mu papír znovu položí na hlavu, zároveň se sám svého papíru nesmí dotknout.

Reflexe:

Mohu potvrdit, že toto cvičení děti opravdu vedlo k tomu, aby si vzájemně pomáhaly. Ve třídě je dvojice chlapců, kteří kamarádí pouze spolu a nikým jiným. Při tomto cvičení oběma spadl papír z hlavy a jiné děti je vysvobodily. Tím se chlapci naučily nespoléhat pouze jeden na druhého, ale dokázat přijmout i jiné děti.

Použití:

Dramatická výchova, Tv, Prvouka

Obr. 6 – Jeden za všechny, všichni za jednoho.



Co je na mně milé?

Cíl:

Cvičení vyžaduje již určitý stupeň akceptujícího a přátelského klimatu ve skupině. Jde o vyslovené „hlazení“ ve skupině, kdy se rozdávají a přijímají přátelská slova a uznání.

Věk:

od 9 let

Doba:

cca 60 minut

Pomůcky:

papíry a tužky

Popis cvičení:

Každý dostane arch papíru, podepíše se, popřípadě nakreslí svoji podobiznu. Papíry děti nechají kolovat, kdo chce, může na něj napsat něco pozitivního, například jsi hodný, chováš se kamarádsky apod. Děti nepíší o chybách druhých, pouze o jejich kladech. Je možné i požádat někoho o zápis. Kdo má pocit, že už na svém papíře má dost kladů, může svůj papír vyjmout ze hry. Doplnování vět trvá asi 20 minut, o ukončení cvičení se skupina dohodne. Pak si každý svůj papír přečte. Kdo chce, může zápisy o svých kladech přečíst nahlas.

Vyhodnocení:

Jak se mi cvičení líbilo?

Co mne zvláště potěšilo?

Jak se mi líbilo psát druhým něco hezkého?

Dostalo se mi dost uznání?

Reflexe:

Při realizaci cvičení došlo k tomu, že na papírech některých dětí se objevilo málo vzkazů nebo vůbec žádný. Abychom této situaci předešli, je vhodné

dětem navrhnout, aby si jednotlivé archy papíru postupně posílaly dokola. Tím zvýšíme pravděpodobnost, že i méně oblíbené děti najdou pozitivní vzkaz.

Použití:

Čj, Čtení, Psaní

Zrcadla

Cíl:

Cvičení vede k překonávání ostychu a vytvoření přátelské atmosféry, založené na porozumění, důvěře a pocitu vzájemné sounáležitosti.

Věk:

Cvičení provedeno ve 3. ročníku ZŠ.

Doba:

asi 5-10 minut

Popis cvičení:

Podstatou tohoto cvičení je vzájemná pohybová souhra dvojice, v níž jeden určuje pohyb a druhý ho po něm opakuje (zrcadlo). Smyslem není mechanické opakování pohybu, ale souhra, porozumění, nonverbální komunikace. Je důležité, aby si hráči ve dvojici zkusili obě role – roli toho, kdo určuje pohyb, i roli zrcadla.

Reflexe:

Poté, co se obě dvojice vyměnily jsem si s dětmi povídala o tom, která z obou rolí jim byla bližší.

Opakujeme-li tuto hru, dbáme na výměnu dětí ve dvojicích.

Je-li lichý počet dětí, dbáme na to, aby žádné dítě nezůstalo samo a zařadilo se do trojice.

Vřele toto cvičení doporučuji, ve třídě vznikla veselá, přátelská atmosféra. Děti si cvičení natolik oblíbily, že ho chtěly hrát při každé vyučovací hodině.

Použití:

Dramatická výchova, Tv, Čtení, Hv

Obr. 7 – Zrcadla.



Hra na mašinky

Cíl:

Cvičení vede k překonávání ostychu a vytvoření přátelské atmosféry, založené na důvěře.

Věk:

Cvičení provedeno ve 3. ročníku ZŠ.

Doba:

asi 5 minut

Popis cvičení:

Děti utvoří dvojice, jeden má zavřené oči a druhý ho vede prostorem. „Mašinka“ veze „vagónek“ a zodpovídá za to, že se mu nic nestane, s nikým se

nesrazí, neuhodí se, apod. Mašinka sama jede pozpátku, je čelem otočená k vagónku a vede ho za ruku.

Reflexe:

Ve třídě byl omezený prostor, proto jsem dětem v roli mašinky zřetelně zdůraznila, aby dávaly dobrý pozor na cestu. Některé děti v roli vagónku nezavřely oči. Jeden chlapec jiného chlapce v roli vagónku doslova vlácel po třídě. Proto jsem cvičení přerušila a zeptala se dětí, kdo z vás se cítil při jízdě bezpečně? Zeptala jsem se hlásící se dívky, kdo byl mašinkou, která ji vedla? Označenou dívku jsem pak přede všemi dětmi pochválila a dala ji všem za příklad. Znovu jsem dětem v roli mašinky zdůraznila, že mají ohleduplně a opatrně vést toho, kdo má zavřené oči, nedopustit srážku vagónků. Napodruhé již děti byly k sobě ohleduplnější. Potom se dvojice vyměnily.

Použití:

Dramatická výchova, Tv, Hv

Obr. 8 – Hra na mašinky.



3.3.3. Komunikace

3.3.3.1. Řeč těla

Balonky

Cíl:

Prostřednictvím tohoto cvičení děti spojují pohyb s představivostí, s fantazií. Rozvíjí se prostorové cítění a výrazovost.

Věk:

Cvičení provedeno ve 3.ročníku ZŠ.

Doba:

asi 5 minut

Popis cvičení:

Hráči se stávají balonky, nejprve splasklými, nafukují se víc a víc, až jsou úplně nafouklé (představit si barvu, velikost), pak učitel vezme imaginární jehlu a balonky propíchne. Balonky začnou pomalu splaskávat, až splasknou docela.

Reflexe:

Při tomto cvičení děti projevovaly nadšení. Některé děti ovšem nedbaly mých instrukcí a ještě než jsem vzala imaginární jehlu do ruky, balonky „praskly“. Proto jsme cvičení zopakovaly ještě jednou, tentokrát se podařilo všem balonkům prasknout současně.

Použití:

Dramatická výchova, Tv, Hv, Cizí jazyk

Všichni lidé v tomto městě

Cíl:

Cvičení vede k rozvoji fantazie, představivosti. Děti se učí převést představu do pohybu.

Věk:

Cvičení provedeno ve 3. ročníku ZŠ.

Doba:

asi 5 – 10 minut

Popis cvičení:

Děti sedí v kruhu a každé z nich postupně určuje činnost, kterou všichni, ale každý podle svého, budou znázorňovat. Např. „Všichni lidé v tomto městě jdou se psem na procházku.“

Reflexe:

Toto cvičení se dětem velmi líbilo. Děti se učily improvizovat, dále respektovat toho, kdo zrovna určoval činnost. Úspěchem bylo, že se při této hře projevila i velmi introvertní dívka, která ve třídě komunikuje pouze s jedním dítětem a paní učitelkou.

Toto cvičení jsem dále provedla ve 4. ročníku při hodině Anglického jazyka. Postupně každé dítě nejprve řeklo „All the people in this town...“ a větu v angličtině doplnilo. Ostatní děti činnost znázornily. Pokud žák nevěděl, jak má větu v angličtině doplnit, činnost pantomimicky předvedl. Já jsem pak řekla větu v angličtině za něj, někdy ji i dvakrát zopakovala. Ostatní děti danou činnost pantomimicky ztvárnilly. Při tomto cvičení si děti hravou formou opakují anglická slova, která již znají a zároveň se učí nová anglická slova.

Použití:

Dramatická výchova, Čj, Prvouka, Hv, Cizí jazyk

Obr. 9 – Všichni lidé v tomto městě.



Sochy

Cíl:

Rozvíjí se pozornost, prostorové cítění a výrazovost.

Věk:

Cvičení provedeno ve 3. ročníku ZŠ.

Doba:

asi 2-3 minuty

Popis cvičení:

Děti se volně pohybují prostorem po místnosti podle libovolné hudby. Jakmile vedoucí učitel hudbu zastaví, všichni strnou v té pozici, v níž právě byli. Na další pokyn pokračuje pohyb, jehož východiskem je pro každého socha.

Reflexe:

Toto cvičení bylo všemi dětmi velmi oblíbené. Svádělo děti k dovádění, hluk ve třídě se stále zvyšoval, až děti přestaly slyšet hudbu. Děti si přály toto cvičení při našem dalším setkání opakovat. Upozornila jsem je, že pokud začnou být hlučné, hra končí. Napodruhé se cvičení kázeňsky vydařilo, děti se začaly více koncentrovat, jejich pohyby byly více uvědomělé a procítěné. Při zastavení hudby ustrnuly v pohybu tak, že opravdu vypadaly jako sochy.

Použití:

Dramatická výchova, Tv, Hv, Čtení

Rytmický pohyb**Cíl:**

Cvičení vede ke spojování pohybu s představivostí, k osvojení prostorového cítění a rytmu.

Věk:

Cvičení provedeno ve 3. ročníku ZŠ.

Doba:

asi 5 minut

Popis cvičení:

Učitel vyťukává rytmus na bubínek, děti chodí podle bubínku, když bubínek umlkne, děti se zastaví. Na silnější úder děti mění směr. Představte si, že jdete jako vojáci před bitvou, vojáci po bitvě, provazochodec, žonglér, slon, apod.

Reflexe:

Děti cvičení bavilo. Asi polovina dětí nerespektovala rytmus bubínku, hluk se zvyšoval, takže nebylo slyšet silnější úder, který měl měnit směr. Při předvádění slonů se hluk umocnil ještě dupáním, což k nám dokonce přivedlo paní učitelku z vedlejší třídy. Příště bych toto cvičení raději realizovala jinde než ve třídě, popřípadě ve třídě s kobercem a odzvučenými stěnami.

Cvičení jsem dále provedla ve 4. ročníku při hodině Anglického jazyka. Nejprve jsem s dětmi zopakovala anglické názvy zvířat. Poté děti chodily prostorem podle rytmu bubínku a ztvárňovaly zvíře, které jsem jim anglicky řekla. Došlo ke spojení pohybu s představou, u dětí se rozvíjelo rytmické cítění a zároveň si děti procvičily anglické názvy zvířat.

Použití:

Dramatická výchova, Hv, Tv, Čj, Cizí jazyk

Obr. 10 – Rytmičný pohyb.



Motivace pohybu

Cíl:

Rozvoj pozornosti, fantazie, představivosti, prostorového citění ve spojení s pohybem.

Věk:

Cvičení provedeno ve 3. ročníku ZŠ.

Doba:

asi 5 – 10 minut

Popis cvičení:

Děti se volně rozestaví po třídě, na pokyn učitele předvádějí určitou pantomimickou činnost, např. brodit se potokem, chodit po ledě, po sněhu, chodit bosí po špičatých kamenech, po horkém písku, probíjet se džunglí, přeskakovat kořeny v lese, přejít po houpací lávce, jít ve vichřici, chodit na vysokých podpatcích, chodit s kamínkem v botě.

Reflexe:

Cvičení jsem realizovala v normální učebně, kde nebyl dostatek prostoru pro pohyb dětí. Toto cvičení proto doporučuji provádět v tělocvičně nebo venku nebo v učebně, kde je dostatek volného prostoru. Dětem se dařilo jednotlivé činnosti pantomimicky ztvárnit, plaché děti se více osmělily, došlo k rozvoji fantazie a představivosti.

Použití:

Dramatická výchova, Tv, Hv, Prvouka, Cizí jazyk

3.3.3.2. Dovednosti pro verbální sdělování

Čas pohádek

Cvičení je uvedeno v 3.3.1.2

Co je na mně milé?

Cvičení je uvedeno v 3.3.2.1

Povídka na pokračování

Cvičení je uvedeno v 3.3.4.1

Pavučina

Cvičení je uvedeno v 3.4.2.1

3.3.3.3. Dovednosti pro neverbální sdělování

Hry s předměty

Cíl:

Cvičení vede k rozvoji fantazie, představivosti, kooperace.

Věk:

Cvičení provedeno ve 3. ročníku ZŠ.

Doba:

asi 5 minut

Popis cvičení:

Hráči si v kruhu předávají stejný imaginární předmět. Například si házejí s tenisovým míčkem, poté s medicinbalem apod.

Reflexe:

Některé děti dlouze přemýšlely, komu mají imaginární předmět hodit. Po chvíli házení si s tenisovým míčkem děti sami navrhly, že chtějí tenisový míček vyměnit za fotbalový míč. Cvičení jsem s dětmi zopakovala zhruba za dva měsíce, děti mezi sebou více a lépe spolupracovaly.

Cvičení jsem s dětmi dále provedla ve 4. ročníku při výuce Anglického jazyka. Děti si aktivně procvičily slovní zásobu, rozvíjela se u nich představivost a spolupráce.

Použití:

Dramatická výchova, Tv, Hv, Čj, Cizí jazyk

Slyšící oči**Cíl:**

Při cvičení se děti seznámí s „řečí těla“.

Věk:

Od 8 let

Doba:

Asi 30 minut

Popis cvičení:

Učitel dětem ukáže některé signály, které vyjadřují „řeč těla“, například jak můžeme vyjádřit souhlas nebo nesouhlas atd. Děti dále sami udávají další příklady.

Děti vyjadřují své pocity podle následujících pokynů:

Ukažte, že... máte strach, ... jste unavení, ... jste překvapení, ... jste zklamaní, ... máte žízeň, ... máte hlad, ... je vám horko, ... je vám zima, ... jste ospalí, ... jste šťastní. Nakonec každý co nejzřetelněji vyjádří, jak se právě cítí.

Vyhodnocení:

Co se mi na hře líbilo?

Kdy jsem pracoval nejpozorněji?

Co mne bavilo?

Co se dá vyjádřit tělem snadno?

Jaká jsou omezení?

Jaké jsou rozdíly mezi „řečí těla“ a slovy?

Dochází někdy k rozporu mezi tím, co sdělujeme slovy a „tělem“?

Pozn.:

Tato hra je v práci s dětmi velmi důležitá. Je dobré na „signály těla“ upozorňovat stále, i při ostatních cvičeních.

Reflexe:

Cvičení bylo pro děti zábavné, snažily se do jednotlivých pocitů vžít a vyjádřit je.

Cvičení jsem dále provedla v 5. ročníku při výuce Anglického jazyka. Využila jsem slov, která již děti znaly (You are happy, You are sad, You are hot, You are cold apod.). Děti pak tyto pocity vyjadřovaly, používaly řeč těla a zároveň si procvičovaly anglická slova.

Použití:

Dramatická výchova, Tv, Prvouka, Čj, Čtení, Cizí jazyk

3.3.3.4. Dovednosti komunikační obrany proti agresi a manipulaci**Mrkaná****Cíl:**

Cvičení vede k rozvoji pozornosti a rychlých reakcí. Při hře dochází k uvolnění hráčů a jejich vzájemným kontaktům. Hra umožňuje konstruktivně se vypořádat se soutěživostí, agresivitou a odbourat hostilitu.

Věk:

od 8 let

Doba:

asi 15 minut

Popis cvičení:

Vytvoříme kruh ze židlí, kterých je o polovinu méně než dětí. Polovina dětí sedí, druhá polovina stojí za židlemi tak, aby před jedním ze stojících byla prázdná židle. Je-li dětí sudý počet, hraje i vedoucí a začíná tím, že si prázdnou židli postaví před sebe. Rozhlíží se po sedících dětech a pokouší se někoho ze sedících přivolat „mrknutím“ na svou židli. Dítě, které zpozoruje, že je „přivoláváno“, se snaží co nejrychleji posadit na prázdnou židli. Ten, kdo stojí za ním, se mu pokouší v tom zabránit. Nesmí však opustit své místo za židlí. Dítě, před kterým je prázdná židle, se opět snaží mrknutím přivolat někoho ze sedících na svou židli. Po chvíli si stojící a sedící vymění role.

Vyhodnocení:

Co se mi na hře líbilo?

Co se mi nelíbilo?

Bylo mi milejší mrkat, nebo chytat?

Čeho jsem si všiml na druhých?

Jak se cítím?

Reflexe:

Dětem se hra líbila. Na otázku Co se mi na hře nelíbilo děti odpověděly, že hra byla moc krátká. Některé děti stojící za židlí se nepokoušely „přivolávanému“ zabránit v pohybu. Celkově u dětí došlo k vzájemnému kontaktu, k částečnému zmírnění nepřátelského postoje některých dětí a také k procvičení pozornosti a zrychlení reakcí.

Použití:

Tv

Obr. 11 – Mrkaná.



3.3.3.5. Pravda, lež a předstírání v komunikaci

Úmyslná lež

Cíl:

Cílem cvičení je ukázat, že dospělí i děti sice občas vědomě neříkají pravdu a užívají lži, že to však má často za následek, že se necítí dobře a ani tím neprospívají sami sobě. Jsou-li ve skupině děti, které často lžou, je vhodné držet se věcné stránky problému bez moralizování.

Věk:

od 8 let

Doba:

cca 45 minut

Popis cvičení:

Učitel nejprve položí žákům otázky související s tématem lhaní, například zda-li žáci poznají, když někdo druhý lže.

Žáci mají za úkol procházet se po třídě a záměrně lhát, nejprve o barvách. Řeknou například: „Podívej se, Lenko, jaké mám bílé vlasy. V další fázi se lži týkají tvarů, poté se lži zaměří na čas, roční období, teplotu, velikost věcí, materiál, z něhož jsou věci vyrobeny, na místo, kde se cvičení odehrává. Nakonec žákům neudáme, čeho se mají nepravdivá tvrzení týkat.

Vyhodnocení:

Jaké to bylo, lhát?

Co bylo možno pozorovat? Pozná se na obličeji, na pohybech toho, kdo lže, že lže?

Poznám v životě, když někdo lže?

Co je lež?

Čeho se týkaly lži v poslední části cvičení?

Reflexe:

Děti se při hře nesoustředily, smály se, braly cvičení jako legraci, při vyslovování lží se smály a na otázku: „Pozná se na obličeji toho, kdo lže, že lže?“ se smíchem odpovídaly, že samozřejmě ano. Cvičení jsem dále provedla ve 4. ročníku. Děti se předháněly ve vymýšlení lží. Vymyslely například, že venku je plus šedesát stupňů a velmi se tomu smály. I ve 4. ročníku děti braly toto cvičení jako zábavu a legraci. Na otázku jaké to bylo lhát děti odpověděly, že je to bavilo, protože v běžném životě lhát nesmí. Dále jsme si s dětmi povídala o tom, zda-li na druhých lidech poznají, že lžou a podle čeho se to dá poznat. Při hře tak došlo i k rozvíjení slovního vyjadřování.

Použití:

Dramatická výchova, Prvouka, Čj, Přírodověda

3.3.4. Kooperace a kompetice

3.3.4.1. Dovednost navazovat na druhé a rozvíjet vlastní linku jejich myšlenky

Asociační kruh

Cíl:

Cvičení vede k nácviku pozorného naslouchání, přijetí partnera a navazování na partnerova slova.

Věk:

Cvičení provedeno ve 3. ročníku ZŠ.

Doba:

asi 5 minut

Popis cvičení:

Hrajeme v kruhu. Jedno z dětí rozehrává hru nějakým podstatným jménem. Na ně jeho soused reaguje jiným, které vzniklo asociací na předchozí slovo (dům – babička – čtení pohádek apod.)

Reflexe:

Děti cvičení celkem snadno zvládly, dokázaly navázat na slova svého partnera. Mezi dětmi koloval předmět ve tvaru velryby, kdo měl velrybu v ruce, měl slovo. Hru jsme dále rozvinula. Děti měly ve dvojicích napsat příběh z co nejvíce slov, které si při hře zapamatovaly.

Hru jsem s obměnou provedla v 5. ročníku v hodině Anglického jazyka. Utvořili jsme kruh, ve prostřed kruhu na zemi jsem umístila molitanová písmena. U každého písmena abecedy měly děti uvést anglické slovo, které se jim vybaví. První hráč vzal do ruky molitanové písmeno a, vyslovil např. slovo an apple. Druhý hráč vzal do ruky molitanové písmeno b, vyslovil an apple, a banana. Třetí hráč vzal do ruky molitanové písmeno c, vyslovil an apple, a banana, a circle. Hra takto pokračovala až do konce abecedy. Hráči

museli při cvičení pozorně naslouchat druhým, procvičili si anglická slova i svou paměť. Tuto hru jsem dále provedla v 9. ročníku v hodině Anglického jazyka. Žáci vymýšleli slova do písmene n, v další části hodiny měli napsat příběh, ve kterém se tato slova objeví. Ukázka dětské práce je uvedena v příloze č. 9.

Použití:

Dramatická výchova, Čj, Čtení, Psaní, Cizí jazyk

Povídka na pokračování

Cíl:

Nácvik nejdůležitějších komunikačních dovedností, zejména pozorného naslouchání, přijetí partnera a navazování na partnerova slova

Věk:

od 8 let

Doba:

asi 10-20 minut

Popis cvičení:

Děti si sednou do kruhu. Vedoucí začne vyprávět povídku. Řekne jednu větu a vyzve souseda po levici, aby ve vyprávění pokračoval – jeho úkolem je doplnit povídku o jednu větu. Ostatní děti po řadě pokračují. Je dobré upozornit děti na úkol předem a zdůraznit, že věty musí na sebe navazovat, musí mít vnitřní souvislost. Když někoho nic nenapadne, řekne pouze „němá ryba“, tím předá své pořadí dalšímu. Učitel může začít slovy: „Pojedeme spolu na dlouhou cestu“, „Rodiče odešli z bytu“, „Jedeme na prázdniny“ apod.

Vyhodnocení:

Jak se mi náš společný příběh líbil?

Bylo pro mne těžké dávat celou dobu pozor?

Čí nápady se mi obzvlášť líbily?

Jak dobře jsme spolupracovaly?

Reflexe:

Začala jsem větou: „Rodiče odešli z bytu.“ Po kruhu jsem nechala kolovat malý předmět ve tvaru velryby, kdo měl předmět v ruce, ten mluvil. Držení předmětu v ruce dětem dodává odvalu a plaché žáky osměluje k projevu. Děti většinou používaly hodně krátké věty, někdy jen jednoslovné věty, povídka přesto měla vnitřní souvislost. Cvičení jsem zakončila větou: „A v tom jsem se probudila.“ Cvičení rozhodně přispělo k nácviku komunikačních dovedností.

Použití:

Dramatická výchova, Čj, Čtení

3.3.4.2. Podřízení se**Komisař a vrah****Cíl:**

Nácvik pozornosti. Kdo je „zasažený“ mrknutím oka, odpadá ze hry – nácvik podřízení se hlavně pro dominantní žáky.

Věk:

Cvičení provedeno ve 3. ročníku ZŠ.

Doba:

asi 10 – 20 minut

Popis cvičení:

Hráči chodí prostorem se zavřenýma očima, učitel klepne jednomu hráči na rameno jedenkrát a ten se stane vrahem, jinému dvakrát a ten je komisařem. Poté všichni otevrou oči, dál chodí prostorem, vrah vraždí mrknutím jednoho oka, „zasažený“ odpadá ze hry. Komisař má poznat, kdo je vrahem.

Vyhodnocení:

Jak se mi cvičení líbilo?

Bylo pro mne těžké odejít ze hry?

Reflexe:

Při rozdávání rolí vraha a komisaře se některé děti záměrně seskupili velmi blízko mne, aby měly větší šanci, že na ně role padne. Objevily se i takové děti, které podváděly – potají se dívali, a proto byly vyloučeny ze hry. Když byl neformální vůdce třídy „zasažen“ vrahem a měl odpadnout ze hry, dělal, že mrkání vraha nevidí. Dalším úskalím hry je, že si některé děti vzájemně klepou na ramena. Vzniká tak více komisařů a vrahů, hra přestává mít smysl. Žáci musí při hře regulovat sami sebe, proto bych cvičení zařadila i do 3.4.1.1

Použití:

Dramatická výchova, Tv, Čtení, Prvouka

Obr. 12 – Komisař a vrah.



3.4. Praktické dovednosti pro morální rozvoj

3.4.1. Řešení problémů a rozhodovací dovednosti

3.4.1.1. Problémy v seberegulaci

Výběr slov

Cíl:

Cvičení u dětí rozvíjí schopnost seberegulace.

Věk:

Cvičení provedeno ve 3.ročníku ZŠ.

Doba:

asi 5 – 10 minut

Popis cvičení:

Učitel ohlásí, která hláska nesmí být vyslovena, např. a. Pak klade hráčům otázky nejrůznějšího druhu, např. co mají na nohou, kdy se narodili, jaké je jejich oblíbené jídlo atd. Tázaný musí odpovědět slovy, v nichž se nevyskytuje zakázaná hláska. Není nutné, aby skutečně v odpovědi podal žádanou informaci, může odpovědět vyhýbavě, např. „To je moje věc“.

Reflexe:

Některé děti horlivě odpovídaly, ale často vyslovily takové slovo, které v sobě zakázanou hlásku obsahovalo. To si uvědomily až po vyslovení slova. Proto se domnívám, že tímto cvičením lze u dětí rozvíjet schopnost seberegulace.

Použití:

Čj, Čtení

Komisař a vrah

Cvičení je uvedeno v 3.3.4.2

3.4.2. Hodnoty, postoje, praktická etika

3.4.2.1. Analýzy vlastních i cizích postojů a hodnot a jejich projevů v chování lidí

Volba rodiny

Cíl:

Děti si ujasní, jaké mají nároky na ostatní členy rodiny.

Věk:

od 8 let

Doba:

asi 30 – 45 minut

Pomůcky:

pro každé dítě 2 kartičky a tužka

Popis cvičení:

Děti si vyberou z ostatních členů skupiny někoho, koho by si zvolily za matku a koho za otce. Volbu zapíší na kartičky. Např.: „Jano, volím tě za matku.“ Kartičky je nutno podepsat (2 min). Potom každý položí své kartičky před ty, které si zvolily.

Vyhodnocení:

Jaké klady mají děti, které byly zvoleny?~

Čí volba mne překvapila?

Dostala(a) jsem hlas od toho, od koho jsem si přál(a)?

Pozn.:

Je důležité povzbudit děti k tomu, aby se rozhovořily o důvodech své volby.

Reflexe:

Dětem ve 3. ročníku dělalo problém zdůvodnit svou volbu, jejich argumenty byly pouze „protože je hodný/á“, „protože je větší než my“. Cvičení jsem dále

provedla ve 4. ročníku, děti dokázaly vymyslet více argumentů, např. „, protože je s ním legrace“, „protože nás ochraňuje“, „protože nám pomáhá“ apod.

Použití:

Prvouka, Psaní, Čj

Pavučina

Cíl:

Příběh pavouka je metaforický příklad vlastního snažení o životní úspěch, při cvičení se skupina tohoto procesu účastní a směřuje i přes částečné neúspěchy ke splnění cíle.

Věk:

od 9 let

Doba:

cca 60 minut

Pomůcky:

čtvrtky a voskovky, klubko vlny

Popis cvičení:

Učitel se dětí nejprve zeptá, zda-li znají nějaká zvířata, která dovedou vytvořit obtížné věci. „Co staví čápi, co staví mravenci?“ „Které zvíře vytváří past, do které chytá svou kořist?“ Budeme si vymýšlet povídku o tom, jak hladový pavouk začne za deštivého a bouřlivého dne spřádat svou síť. Učitel začne první větu příběhu: „Žil byl jeden pavouk, byl velmi hladový, panovalo velmi špatné počasí, on přesto musel spřádat svou síť.“

Další děti navazují na učitelova slova, až se příběh dostane do konce. Bude to pravděpodobně trvat dlouho než pavouk svou síť dokončí, v cestě je mnoho překážek. Naštěstí mají pavouci silnou vůli a dovedou být vytrvalí.

Po ukončení společné povídky děti nakreslí, jak si pavouka a jeho síť představují.

Vyhodnocení:

Jak mne cvičení zaujalo?

Jak „spřádala“ skupina příběh?

Kdo byl už někdy v situaci, kdy se mu vedlo podobně jako pavoukovi v našem příběhu?

Jaký mám pocit, když dokončím něco velmi obtížného?

Reflexe:

Pro žáky bylo těžké vymyslet, jaké těžkosti pavouka potkaly. Příběh celkem rychle skončil. Přesto došlo ke stmelení kolektivu díky tomu, že si žáci posílali klubko vlny mezi sebou, vznikla společná síť. Posílání klubka vlny lze aplikovat i na jiné hry.

Použití:

Prvouka , Čj, Vv

Obr. 13 – Pavučina.



3.4.2.2. Pomáhající a prosociální chování (člověk neočekává protislužbu)

Dárky

Cíl:

Při cvičení si žáci uvědomí, že dárky vyjadřují vztah, postoj dárce k obdarovanému.

Věk:

Od 8 let

Doba:

Podle velikosti skupiny, 15 – 30 minut

Pomůcky:

Papír a tužka

Popis cvičení:

Učitel popíše dětem situaci, kdy mohou komukoli dát libovolný dárek, který je pro daného člověka vhodný. Děti jsou vyzvány, aby se rozhlédly po ostatních a vybraly si jedno či více dětí, jímž chtějí něco darovat. „Dárky“ se napíší na arch papíru. Potom si navzájem „dárky“ rozdají. Záleží na okolnostech, zda osobně se zdůvodněním či anonymně tak, aby obdarovaný mohl hádat, kdo a proč mu takový dárek dal.

Vyhodnocení:

Jak se mi cvičení líbilo?

Co bylo zajímavější – dárky dávat či dostávat?

Co člověk cítí, když dostává dárek?

Který dárek byl pro mne zvlášť důležitý?

Byl mezi mými dárky nějaký, který nepotěšil?

Který z dosavadních skutečných dárků mi udělal největší radost?

Použití:

Prvouka, Vv, Psaní, Čj

Dárek

Cíl:

Cvičení podporuje u dětí tendenci nejen od rodičů brát, ale i dávat.

Věk:

od 8 let

Doba:

asi 45 minut

Pomůcky:

čtvrtky a voskovky

Popis cvičení:

Děti vyzveme, aby si představily, že dovedou čarovat a mohou svým rodičům udělat překvapení – něco, z čeho by otec i matka měli opravdu radost. Může to být cokoli: dům, báječná dovolená, zajímavé zaměstnání atd. Dárek děti namalují. Pak všichni své kresby položí tak, aby bylo možné si je prohlédnout – každý vysvětlí, co jeho kresba představuje.

Vyhodnocení:

Bylo pro mne těžké vymyslet si dárek?

Komu z rodičů byl dárek určen?

Proč právě jemu?

Dám kresbu rodičům?

Jaké dárky dávají děti?

Co vím o přáních svých rodičů?

Pozn.:

Je dobré podpořit děti v touze obdarovat své rodiče. Je vhodné o tomto cvičení s rodiči hovořit a pak diskutovat o těchto rozhovorech ve skupině.

Reflexe:

Při tomto cvičení panovala ve třídě příjemná atmosféra, podpořená relaxační hudbou. Pro většinu dětí bylo cvičení snadné. Jednomu chlapci dělalo problém obrázek nakreslit, nechtělo se mu přemýšlet nad tím, jak by mohl své rodiče

potěšit. V závěrečném vyhodnocení uvedl, že by potřeboval více času. Téměř všechny děti si chtěly své obrázky donést domů, aby je mohly dát svým rodičům. Domnívám se, že cvičení splnilo svůj cíl, děti přemýšlely nad tím, jak by mohly svým rodičům udělat radost. Ukázka dětské práce je uvedena v příloze č. 10.

Použití:

Prvouka, Vv, Čj, Pv

Jeden za všechny, všichni za jednoho

Cvičení je uvedeno v 3.3.2.1

3.5. Závěr praktické části

V závěru bych ráda shrnula své poznatky ze své praxe, nejprve z hlediska kázně.

Ze své souvislé pedagogické praxe jsem dopředu věděla, že žáci jsou zvyklí na tradiční formu výuky. Hry a cvičení pro dramatickou výchovu a sociálně psychologický výcvik ovšem vyžadují od žáků volný pohyb v prostoru, což vede žáky velmi snadno k nekázni. Pokud totiž děti opustí své místo v lavici, začne je to svádět k dovádění, předvádění se apod. Proto jsem žákům na začátku vysvětlila, že budu mít u sebe píšťalku. Když na ni zapískám, pro všechny to znamená, že mají přestat v jejich činnosti a zaměřit pozornost pouze na mne. Domluvila jsem si s žáky následující pravidlo: pokud žák nedodrží základní pravidla kázně, jednou ho napomenu slovy „varování“, napodruhé již bude ze hry vyloučen. Tato technika se mi velice osvědčila a zaujala i paní učitelku. Čím častěji jsem s dětmi prováděla hry a cvičení v prostoru či v kroužku, tím více si začaly na tuto formu výuky zvykat a tím i regulovat samy sebe.

Jak hodnotila mou práci paní učitelka? Podle jejích slov se začala dívat na své žáky, které zná od 1. ročníku, jinýma očima, poznala je daleko více a hlouběji. Především objevila, že rozvíjet tvořivost a fantazii se daří i u žáků, u kterých nevěřila, že je to možné, protože se v jejích hodinách projevovaly pasivně. Proto nyní některé hry a cvičení již také při vyučování používá. Dále paní učitelka kladně hodnotila můj laskavý přístup k dětem. Děti ze mne neměly strach a dokázaly otevřeně vyjádřit své pocity, myšlenky, svěřit se se svými problémy a starostmi. Zároveň mám podle jejích slov u dětí přirozenou autoritu a respektují mne.

Z hlediska dosažení cíle se domnívám, že použitím her a cvičení jsem u dětí docílila především toho, že více poznaly samy sebe a naučily se lépe

komunikovat mezi sebou navzájem. Došlo k většímu stmelení dětského kolektivu, což je jeden z nejdůležitějších úkolů základní školy na 1. stupni.

4. Závěr

Teoretická část je členěna do tří hlavních kapitol. První kapitola teoretické části shrnuje situaci v českém školství před rokem 1989 a zabývá se srovnáním současných vzdělávacích programů z hlediska osobnostně sociálního rozvoje žáků. Vymezení obsahu, cílů, postupů, metod a forem dramatické výchovy v Obecné škole je obsahem druhé kapitoly teoretické části. Třetí kapitola stručně popisuje reformní Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání, jednotlivá průřezová témata, zejména průřezové téma Osobnostní a sociální výchova. Stručně pojednává také o předmětu Dramatické výchovy – doplňující vzdělávací obor RVP pro základní vzdělávání – a o sociálně psychologickém výcviku jako o prostředcích rozvoje osobnostních a sociálních dovedností žáků.

Stěžejní částí diplomové práce je praktická část. Jejím výsledkem je komplexní projekt, který podává návrh, jakým způsobem lze průřezové téma Osobnostní a sociální výchova aplikovat ve výuce na 1. stupni základní školy. Vycházela jsem především ze cvičení a her pro dramatickou výchovu a sociálně psychologický výcvik. Jednotlivé hry a cvičení jsem vyzkoušela v praxi ve 3. ročníku na Základní škole Ještědská v Liberci. Hry a cvičení jsem s dětmi průběžně prováděla během školního roku při vyučování ve zhruba 30 vyučovacích hodinách. U každé hry a cvičení je uveden edukační cíl, věková kategorie, doba trvání, pomůcky v případě potřeby. Kromě popisu samotné aktivity je uvedeno, jak s dětmi provést reflexi dané činnosti. Hry a cvičení jsou doplněny o mé vlastní zkušenosti získané během realizace projektu. Projekt dále obsahuje návrh, jakým způsobem lze osobnostní a sociální výchovu a dramatickou výchovu uplatnit v různých předmětech na 1. stupni základní školy. V příloze jsou uvedeny ukázky některých prací, které děti během vyučování vytvořily. Výsledný projekt navrhuje, jakým způsobem lze

vyučovat osobnostní a sociální výchovu na 1. stupni základní školy a mohl by tak pomoci některým učitelům v jejich pedagogické praxi.

5. Použitá literatura

1. BELZ,H., SIEGRIST,M. *Klíčové kompetence a jejich rozvíjení. Východiska, metody, cvičení a hry*. Praha: Portál,2001. 375 s. ISBN 80-7178-479-6.
2. BLÁHOVÁ, K. *Uvedení do systému školní dramatiky: dramatická výchova pro učitele obecné, základní a národní školy*. Praha: IPOS, 1996. 83 s. ISBN 80-7068-070-9.
3. GILLERNOVÁ,I. – HERMOCHOVÁ,S. – ŠUBRT, R. *Sociální dovednosti učitele: cvičení z metod aplikované sociální psychologie*. Praha: SPN, 1990. 109 s. ISBN 80-7066-039-2.
4. HERMOCHOVÁ, S. *Hry pro život : sociálně psychologické hry pro děti a mládež.1*.Praha: Portál, 1994. 174 s. ISBN 80-85282-79-8.
5. HERMOCHOVÁ, S. *Hry pro život : sociálně psychologické hry pro děti a mládež.2*. 2. vydání. Praha: Portál, 1995. 146 s. ISBN 80-87178-042-1.
6. HOOPEOVI, S.,J.- KRABEL, J. *Sociálně psychologické hry pro dospívající*. Praha: Portál, 2001. 197 s. ISBN 80-7178-434-6. ISBN 80-7068-070-9.
7. KOL. AUTORŮ. *Rámcový vzdělávací program*. [online] Praha, 2005 <cit. 2006-20-11>. Dostupný na < <http://www.rvp.cz/soubor/rvpzv.pdf> >. ISBN 80-87000-02-1.

8. MACHKOVÁ, E. *Metodika dramatické výchovy zásobník dramatických her a improvizací*. Praha: Sdružení pro tvořivou dramaturgii, 2005. 153 s. ISBN 80-901660-6-7.
9. MACHKOVÁ, E. *Úvod do studia dramatické výchovy*. Praha: IPOS, 1998. 199 s. ISBN 80-7068-103-9.
10. MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY ČESKÉ REPUBLIKY. *Vzdělávací program Obecná škola pro 1.-5. ročník*. [online] 1997< cit.2006-20-11>. Dostupný na <<http://www.msmt.cz/vzdelavani/kompletni-pedagogicka-dokumentace-vzdelavaciho-programu-obecna-skola-cj-12035-97-20-vcetne-vsech-zmen-a-dopluku-1.-cast-pro-1-5-rocnik-aktualizace-k-1-zari-2006>>.
11. MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY ČESKÉ REPUBLIKY. *Vzdělávací program Obecná škola pro 6.-9. ročník*. [online] 1997< cit.2006-20-11>. Dostupný na <<http://www.msmt.cz/vzdelavani/kompletni-pedagogicka-dokumentace-vzdelavaciho-programu-obecna-skola-cj-12035-97-20-vcetne-vsech-zmen-a-dopluku-2.-cast-pro-6-9-rocnik-aktualizace-k-1-zari-2006>>.
12. MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY ČESKÉ REPUBLIKY. *Vzdělávací program Národní škola*. [online] 1997< cit.2006-20-11>. Dostupný na <<http://www.msmt.cz/vzdelavani/kompletni-pedagogicka-dokumentace-vzdelavaciho-programu-narodni-skola-cj-15724-97-20>>.

13. MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY ČESKÉ REPUBLIKY. *Vzdělávací program Základní škola* [online] 1996<cit.2006-20-11>. Dostupný na <<http://www.msmt.cz/vzdelavani/kompletni-pedagogicka-dokumentace-vzdelavaciho-programu-zakladni-skola-cj-16-847-96-2-vcetne-vsech-zmen-a-doplňku-aktualizace-k-1-zari-2006>>.
14. PASCH, M. aj. *Od vzdělávacího programu k vyučovací hodině: jak pracovat s kurikulem*. Praha: Portál, 1998. 416 s. ISBN 80-7178-127-4.
15. PAVLOVSKÁ, M. *Dramatická výchova*. Brno: CERM, 1998. 22 s. ISBN 80-7204-071-5.
16. SKALKOVÁ, J. *Obecná didaktika*. Praha: ISV nakladatelství, 1999. 292 s. ISBN 80-85866-33-1.
17. SKALKOVÁ, J. *Pedagogika a výzvy nové doby*. Brno: Paido, 2004. 158 s. ISBN 80-7315-060-3.
18. VALENTA, J. *Dramatická výchova a sociálně psychologický výcvik: srovnání systémů*. Praha: ISV nakladatelství, 1999. 79 s. ISBN 80-85866-40-4.
19. VALENTA, J. *Metody a techniky dramatické výchovy*. 2. vydání. Praha: Agentura STROM, 1998. 279 s. ISBN 80-86106-02-0.
20. VALENTA, J., KASÍKOVÁ, H: *Reformu dělá učitel: aneb Diferenciace, individualizace, kooperace ve vyučování*. Praha: Sdružení pro tvořivou dramaturgii, 1994. 56 s. ISBN 80-901660-0-8.

21. VALENTA, J.: Učit se být: *Témata a praktické metody pro osobnostní a sociální výchovu na ZŠ a SŠ*. 2. vydání. Praha: Strom, 2003. 95 s.
ISBN 80-86106-10-1.

6. Seznam příloh

Příloha č. 1: Průřezové téma Osobnostní a sociální rozvoj

Příloha č. 2: Třída

Příloha č. 3: Dopis do ciziny

Příloha č. 4: Dopis trosečníka

Příloha č. 5: Můj největší úspěch v tomto roce

Příloha č. 6: Vizitka

Příloha č. 7: Cit pro čas

Příloha č. 8: Obraz mého jména

Příloha č. 9: Asociační kruh

Příloha č. 10: Dárek

Příloha č. 1: Průřezové téma Osobnostní a sociální výchova

V Rámcovém vzdělávacím programu pro základní vzdělávání je zakotveno průřezové téma Osobnostní a sociální výchova [7, s. 90 – 93].

Charakteristika průřezového tématu

Průřezové téma Osobnostní a sociální výchova v základním vzdělávání akcentuje formativní prvky, orientuje se na subjekt, je praktické a má každodenní využití v běžném životě. Reflektuje osobnost žáka, jeho individuální potřeby i zvláštnosti. Jeho smyslem je pomáhat každému žákovi utvářet životní dovednosti.

Specifikou Osobnostní a sociální výchovy je, že se učivem stává sám žák, stává se jím konkrétní žakovská skupina a stávají se jím více či méně běžné situace každodenního života. Jejím smyslem je pomáhat každému žákovi hledat vlastní cestu k životní spokojenosti založené na dobrých vztazích k sobě samému i k dalším lidem a světu.

Vztah osobnostní a sociální výchovy k oblasti **Jazyk a jazyková komunikace** je založen na samotném faktu komunikační podstaty jazyka s tím, že se zaměřuje na každodenní verbální komunikaci jako klíčový nástroj jednání v různých životních situacích. Prohlubuje vztah mezi verbální a neverbální složkou komunikace a rozšiřuje specifické aplikace jazyka o sociální dovednosti. Vzdělávací oblast **Člověk a jeho svět** lze naplňovat prostřednictvím témat směřujících k sebepoznání, seberegulaci a k udržení psychického zdraví, tj. „psychohygiena, komunikace, role a situace“. Osobnostní a sociální výchova navazuje na vzdělávací obsah této oblasti a prohlubuje jej. Úzká je vazba ke vzdělávací oblasti **Člověk a společnost**, a to zejména k Výchově k občanství a k jejím částem „Člověk ve společnosti“ a „Člověk jako jedinec“. Konkrétně k tématům „lidská setkání, vztahy mezi lidmi, zásady lidského soužití“ (Člověk ve společnosti) a „podobnost

a odlišnost lidí, vnitřní svět člověka, osobní rozvoj“ (Člověk jako jedinec). Všechna tato témata jsou v Osobnostní a sociální výchově vnímána jako samostatná. Osobnostní a sociální výchova klade důraz na učení se praktickým dovednostem spjatým s uvedenými tématy. Vazba ke vzdělávací oblasti **Člověk a příroda** se týká evoluce lidského chování, zvířecí a lidské komunikace a seberegulujícího jednání jako základního ekologického principu. Nabízí též možnosti rozvoje emocionálních vztahů, osobních postojů a praktických dovedností ve vztahu k přírodnímu prostředí. Vazba na oblast **Umění a kultura** se týká především společného zaměření na rozvoj smyslového vnímání, kreativity, vnímání a utváření mimouměleckého estetického - jako např. estetiky chování a mezilidských vztahů a chápání umění jako prostředku komunikace a osvojování si světa. V osobnostní a sociální výchově lze účinně využít různých postupů dramatické výchovy. Dramatická výchova užívá jako základní metody nástroje dramatické a inscenační tvorby, osobnostní a sociální výchova vedle toho užívá i tréninkové postupy sociálně psychologické povahy, které nemají divadelní podstatu. Propojení se vzdělávací oblastí **Člověk a zdraví** je vhodné v tématech reflektujících sociální vztahy, komunikaci a rozhodování v běžných i vypjatých situacích. Osobnostní a sociální výchova tak může napomoci k získání dovedností vztahujících se k zdravému duševnímu a sociálnímu životu. Rovněž výrazně přispívá k oblasti **Člověk a svět práce**, zejména vybavením dovedností týkajících se spolupráce a komunikace v týmu a v různých pracovních situacích.

Přínos průřezového tématu k rozvoji osobnosti žáka

V oblasti vědomostí, dovedností a schopností průřezové téma:

- vede k porozumění sobě samému
- napomáhá k zvládnutí vlastního chování
- přispívá k utváření dobrých mezilidských vztahů ve třídě i mimo ni

- rozvíjí základní dovednosti dobré komunikace a k tomu příslušné vědomosti
- utváří a rozvíjí základní dovednosti pro spolupráci
- umožňuje získat základní sociální dovednosti pro řešení složitých situací (např. konfliktů)
- formuje studijní dovednosti
- podporuje dovednosti a přináší vědomosti týkající se duševní hygieny

V oblasti postojů a hodnot průřezové téma:

- pomáhá k utváření pozitivního (nezraňujícího) postoje k sobě samému
- vede k uvědomování si hodnoty spolupráce a pomoci
- vede k uvědomování si hodnoty různosti lidí, názorů, přístupů k řešení problémů
- přispívá k utváření mravních rozměrů komunikačních situací a různých způsobů lidského chování
- napomáhá primární prevenci sociálně patologických jevů a škodlivých způsobů chování

Tematické okruhy průřezového tématu

Tematické okruhy osobnostní a sociální výchovy jsou členěny do tří částí, které jsou zaměřeny na osobnostní, sociální a mravní rozvoj. Pro jejich realizaci je užitečné zařazovat do výuky ta témata, která reflektují aktuální potřeby žáků, popřípadě vycházejí ze vzájemné domluvy s nimi. Všechna uvedená témata se uskutečňují prakticky, prostřednictvím vhodných her, cvičení, modelových situací a příslušných diskusí.

Vzhledem k tomu, že se jedná o živá setkání dotýkající se osobní existence, je třeba počítat s tím, že na různé věci budou mít žáci různé názory, že se může objevit odmítání témat či technik, ostych, případně, že některé hry tzv. „nevyjdou“. Právě tyto okamžiky však bývají v Osobnostní a sociální

výchově velmi užitečné, neboť nabízejí příležitost k přemýšlení o tom, co se děje.

Osobnostní rozvoj

- **Rozvoj schopností poznávání** - cvičení smyslového vnímání, pozornosti a soustředění; cvičení dovedností zapamatování, řešení problémů; dovednosti pro učení a studium
- **Sebepoznání a sebepojetí** - já jako zdroj informací o sobě; druhí jako zdroj informací o mně; moje tělo, moje psychika (temperament, postoje, hodnoty); co o sobě vím a co ne; jak se promítá mé já v mém chování; můj vztah ke mně samému; moje učení; moje vztahy k druhým lidem
- **Seberegulace a sebeorganizace** - cvičení sebekontroly, sebeovládání, vůle; organizace vlastního času, plánování učení a studia; stanovování osobních cílů a kroků k jejich dosažení
- **Psychohygiena** - dovednosti pro pozitivní naladění mysli a dobrý vztah k sobě samému; sociální dovednosti pro předcházení stresům v mezilidských vztazích; dobrá organizace času; dovednosti zvládání stresových situací (rozumové zpracování problému, uvolnění-relaxace, efektivní komunikace atd.); hledání pomoci při potížích.
- **Kreativita** - cvičení pro rozvoj základních rysů kreativity (pružnosti nápadů, originality, schopnosti vidět věci jinak, citlivosti, schopnosti „dotahovat“ nápady do reality)

Sociální rozvoj

- **Poznávání lidí** - vzájemné poznávání se ve skupině/třídě; rozvoj pozornosti vůči odlišnostem a hledání výhod v odlišnostech; chyby při poznávání lidí
- **Mezilidské vztahy** - péče o dobré vztahy; tolerance a pohled na svět očima druhého; lidská práva jako regulativ vztahů; vztahy a naše

skupina/třída (práce s přirozenou dynamikou dané třídy jako sociální skupiny)

- **Komunikace** - řeč těla, řeč zvuků a slov, řeč předmětů a prostředí vytvářeného člověkem, řeč lidských skutků; cvičení pozorování a empatického a aktivního naslouchání; dovednosti pro sdělování verbální i neverbální (technika řeči, výraz řeči, cvičení v neverbálním sdělování); specifické komunikační dovednosti (monologické formy - vstup do tématu „rétorika“); dialog (vedení dialogu, jeho pravidla a řízení, typy dialogů); komunikace v různých situacích (vysvětlování, žádosti, děkování, odmítání, informování, přesvědčování, řešení konfliktů, vyjednávání); asertivní komunikace, dovednosti komunikační obrany proti agresi a manipulaci; pravda, lež a předstírání v komunikaci
- **Kooperace a kompetice** - rozvoj individuálních dovedností pro kooperaci (seberegulace v situaci nesouhlasu, odporu apod., dovednost odstoupit od vlastního nápadu, dovednost navazovat na druhé a rozvíjet vlastní linku jejich myšlenky, pozitivní myšlení apod.); rozvoj sociálních dovedností pro kooperaci (jasná a respektující komunikace, řešení konfliktů, podřízení se, vedení a organizování práce skupiny); rozvoj individuálních a sociálních dovedností pro etické zvládání situací soutěže, konkurence

Morální rozvoj

- **Řešení problémů a rozhodovací dovednosti** - dovednosti pro řešení problémů a rozhodování z hlediska různých typů problémů a sociálních rolí (učební problémy vázané na látku předmětů, problémy v mezilidských vztazích, problémy v seberegulaci)
- **Hodnoty, postoje, praktická etika** - analýzy vlastních i cizích postojů a hodnot a jejich projevů v chování lidí; vytváření povědomí o kvalitách typu odpovědnost, spolehlivost, spravedlivost, respektování atd.; dovednosti rozhodování v eticky problematických situacích všedního dne

Příloha č. 2 : Třída

MARTIN		DAVID
	MARSL	
SIM	X	JACK
	KVIS	
	JIMMA	ANNA SIMON

JÁ
↓
[orange box]

KAMARÁDI
↓
[blue box]

Příloha č. 3 : Dopis do ciziny

Milý(a) Johnu, Miami z.....

Jmenuji se Mojmír a je mi 9 let.

Moje oblíbená barva je modrá.

Ze zvířat mám nejraději genardu.

Moje nejoblíbenější jídlo je ráčkoví salát.

Můj nejhezčí zážitek z poslední doby je že jsem
byl ve Švýcarsku.

Ve škole mám strach, když paní učitelka
dá poradku.

Až budu starší, přeji si, aby jsem jel do
Ameriky Miami.

Mám k tobě prosbu jestli bude někdo nepřítel.


Často peču na počítači.

Nejraději si hraju s hořivkami.

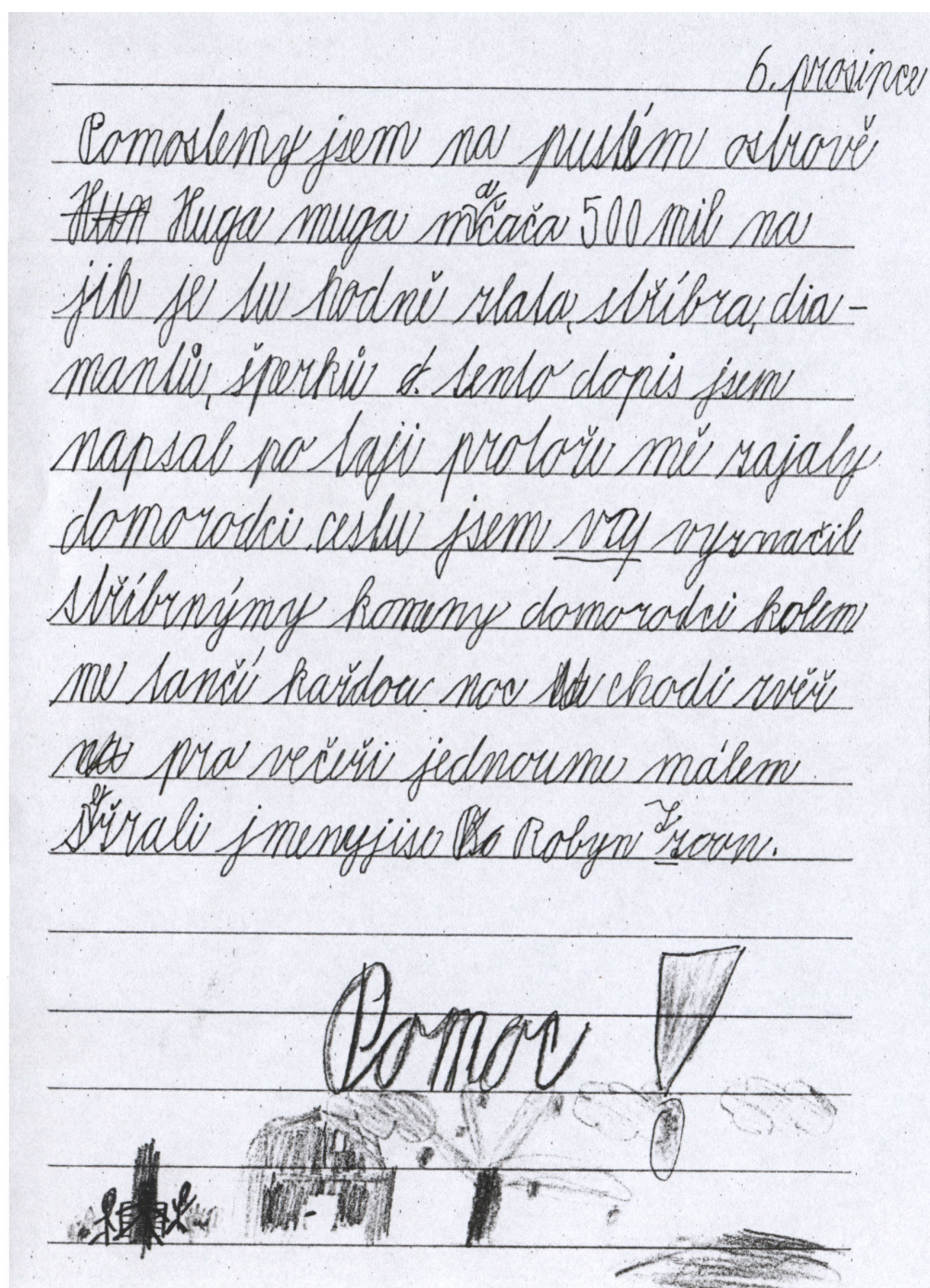
Doufám, že jsi zdravý.

Chci ti ještě říct, že rád sportuju.

Tvůj (Tvá) Mojmír



Příloha č. 4 : Dopis trosečníka



Příloha č. 5 : Můj největší úspěch v tomto roce

6. 12

Já jsem vyhrál medaili a
vyhrál jsem ji na baseballu.
A když jsem ji vyhrál byl
jsem moc rád a má rodiče
byli také rádi.

Příloha č. 6 : Vizitka



Příloha č. 7 : Cit pro čas

Formulář „Cit pro čas“

1. Mám dost času na _____
2. Mám málo času na... kamarády
3. Potřebuji mnoho času na... koučování koní
4. Čas mi ubíhá velmi pomalu, když... píšu domácí úkol
5. Čas letí, když... jdu do školy
6. Zapomínám na čas, když... jdu ze školy
7. Propadám zmatku, když... ~~_____~~
8. Nudím se, když... jedu ke babičce
9. Využívám času, když... pomáhám škejdovi
10. Věci, které odkládám, jsou... Ď, M, PRv
11. Hned vyřizuji věci, které... řeším
12. Svůj čas si plánuji... až budu velký

Příloha č. 8 : Obraz mého jména (Patrik)



Příloha č. 9 : Asociační kruh

apple, because, cat, dad, egg, food, girls, hair, in, jack, key,
lion, monkey, many

Jack and many eat an apple. Cat, lion and monkey don't eat an egg.
Girls have ~~x~~ long hair. I live in Liberec. Dad has a key, because
he has a car. In KFC there is food.

Příloha č. 10 : Dárek

